ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA
COLEGIO DE PSICOLOGÍA E HIGIENE MENTAL

ASIGNATURA PSICOLOGÍA
GRADO: 6º CLAVE: 1609 PLAN: 1996

PSICOLOGÍA

Guía Cuaderno de Trabajo Académico

Programa actualizado
Aprobado por H. Consejo Técnico el 13 de abril de 2018

Coordinación:
Oscar Góngora Alvarez

Autores:
Lilia Bertha Alfaro Martínez
Consuelo Arce Ortíz
Cecilia G. Arredondo Esqueda
Vicente Fernando Córdova Velázquez
María del Carmen Crispín Martínez
José Alberto Gasca Salas
Ana Isabel Guzmán Moctezuma
Virginia Hernández Ricádez
Carmen Josefina Placencia González
Lilia Rocha Vega

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

Escuela Nacional Preparatoria
Dirección General: Biól. María Dolores Valle Martínez
Secretaría Académica: M. en C. María Josefina Segura Gortares
Departamento de Producción Editorial: Lic. María Elena Jurado Alonso

Imagen de portada: Oscar Góngora Alvarez
Diseño de la portada: DCG Edgar Rafael Franco Rodríguez
Diseño editorial: Oscar Góngora Alvarez
Revisión de estilo: Oscar Góngora Alvarez
Cuidado de Edición: Jonathan Iván Jiménez Castellanos

Segunda edición: febrero, 2020

Impreso en México

PRESENTACIÓN

La Escuela Nacional Preparatoria, institución educativa con más de 150 años de experiencia formando jóvenes en el nivel medio superior, busca la constante actualización y mejora de sus materiales de apoyo a la docencia, así como la publicación de nuevos ejemplares, siempre teniendo en mente a nuestros alumnos y su aprovechamiento.

Después de varios años de trabajo, reflexión y discusión, se lograron dar dos grandes pasos: la actualización e implementación de los programas de estudios de bachillerato y la publicación de la nueva colección de Guías de Estudio. Sin embargo, los trabajos, resultado del espíritu crítico de los profesores, siguen dando fruto con publicaciones constantes de diversa índole, siempre en torno a nuestro quehacer docente y a nuestros programas actualizados.

Ciertamente, nuestra Escuela Nacional Preparatoria es una institución que no se detiene, que avanza con paso firme y constante hacia su excelencia académica, así como preocupada y ocupada por la formación integral, crítica y con valores de nuestros estudiantes, lo que siempre ha caracterizado a nuestra Universidad Nacional.

Aún nos falta más por hacer, por mejorarnos cada día, para que tanto nuestros jóvenes estudiantes como nuestros profesores seamos capaces de responder a esta sociedad en constante cambio y a la Universidad Nacional Autónoma de México, la Universidad de la Nación.

"POR MI RAZA HABLARÁ EL ESPÍRITU"
BIÓL. MARÍA DOLORES VALLE MARTÍNEZ
DIRECTORA GENERAL
ESCUELA NACIONAL PREPARATORIA

ÍNDICE	**PÁG.**

Introducción

Una característica que identifica a nuestra institución es la calidad, que se fundamenta con la formación y preparación de jóvenes que sean capaces de adquirir las bases para ingresar a un nivel de educación superior y de poder interactuar en el medio, el cual se ha hecho cada vez más demandante. La asignatura de Psicología se sitúa en el programa actualizado de 1996, impartiéndose en sexto año de manera obligatoria, es decir que todas las áreas de conocimiento la cursan como tronco común, aunque por su naturaleza se inserta en el área 2, las ciencias biológicas y de la salud. El estudio de la materia es de suma importancia ya que podría ser el único acercamiento a la disciplina, lo cual le dará parámetros para valorar las temáticas que se presentan, es estudio de los procesos mentales, la conducta y la personalidad.

Para el estudiante conocer el objeto de estudio, le permitirá explorar procesos que realiza en su día a día, lo que le llevará a un análisis de su persona, así mismo de la realidad con la que interactúa. Al ir desarrollando la guía cuaderno de trabajo académico se irá esbozando un contenido conceptual, procedimental y actitudinal, permitiéndole autorregular su aprendizaje, debido a que se encontrará con actividades que le permitan adquirir un conocimiento, pero sobre todo propiciar en él, la reflexión y análisis de un saber psicológico.

La creación de un material de esta índole también tendrá como objetivo que los estudiantes puedan acreditar la asignatura en un examen extraordinario, teniendo en cuenta que deben esforzarse, dedicar un tiempo específico y programado para alcanzar su meta. Es decir, es una propuesta para que el estudiante sea artífice de sus propios logros académicos, ya que tendrá que investigar, leer, resumir y documentarse con las fuentes que compila el documento.

Al consolidar dichas actividades, el estudiante tendrá un panorama distinto, ya que se relacionará de una nueva forma con la cultura, dado que la Psicología, aunque es una ciencia joven, puede retratar al ser humano de forma particular, sus enfoques teóricos y antecedentes permiten ver el cómo se ha modificado el pensamiento del hombre.

Para finalizar esta breve introducción, la guía-cuaderno de trabajo, se organiza con las cinco unidades del programa actualizado de Psicología, las que incluyen su objetivo, una breve introducción, actividades con las que podrás adquirir aprendizaje, un glosario, una autoevaluación y las referencias que puedes consultar en cada unidad.

Es importante mencionar que el material se realizó para que pudieras tener un aprendizaje autorregulado, pero, si es necesario, no dudes en ponerte en contacto con algún profesor de Psicología de tu plantel para ser asesorado. Recuerda que no existen preguntas inútiles, ya que cada cuestionamiento es válido para dejar a un lado la ignorancia.

UNIDAD I
PSICOLOGÍA, CIENCIA Y PROFESIÓN



Imagen 1.1 Hombre la cabeza silueta. (Gerart. S/f.)

Objetivos

El alumno:

Caracterizará a la psicología como ciencia y como profesión, a través del análisis de sus perspectivas teóricas, de sus métodos de investigación y de los procedimientos de trabajo que emplea, para comprender la complejidad inherente a sus objetos de estudio, así como la diversidad de sus explicaciones y alternativas de intervención.

Introducción

Cuando platicamos con la gente acerca de la salud mental, la mayor parte de ella, aunque acepta que es necesario acceder a la misma, desconoce el trabajo específico que hacen los profesionales que se dedican a esta especialidad. Hay personas que requieren atención psicológica, pero cuando se les aconseja asistir a alguna intervención de este tipo, comentan que “pueden solas”, que “cuentan con amigos que las escuchan” o hasta que “no están locas” entre muchas otras evasivas. Frecuentemente, dichas expresiones se deben al desconocimiento que tienen las personas, sobre la formación académica y profesional que poseen los psicólogos que se dedican a la clínica como área de aplicación. La psicología posee distintas áreas, por las aplicaciones que tiene, por ejemplo, laboral, educativa, las neurociencias, social entre otras, ya que el interés de la disciplina conlleva a la comprensión de la conducta y los procesos mentales desde una variedad de contextos.

1.1 La Psicología, sus objetos de estudio y métodos de investigación

¿Qué es la psicología? ¿Qué estudia? ¿Cómo lo hace? ¿A qué se dedica un psicólogo?
Éstas son algunas de las interrogantes que pretende despejar esta primera unidad, comenzaremos definiendo qué es la psicología.

La palabra psicología fue acuñada por el filósofo griego Aristóteles y proviene de dos vocablos: psyche (alma) y logos (estudio), por lo que su definición etimológica es "Estudio del Alma". Sin embargo, a lo largo del tiempo esta definición se ha ido modificando ya que la historia de la psicología como ciencia es relativamente reciente, pues surge como tal en 1879 con la creación del primer laboratorio de psicología en Leipzig, Alemania y fundado por Wilhelm Wundt, por lo que hoy en día se define como la ciencia que estudia la conducta y los procesos mentales.

A través del tiempo la psicología ha sido comprendida de distintas maneras, el entendimiento de sus objetos de estudio pasa por varios paradigmas, con distintos métodos para poder aprehender a esta ciencia.

a) Objetos de estudio: conducta y procesos mentales

Actividad 1

I. Revisa el siguiente material y copia en el espacio de abajo, el mapa conceptual que se presenta en el mismo:
Nolasco, M. (S/A) Definición de Psicología recuperado el 15 de diciembre de 2018 de: https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/prepa3/n1/m3.html

II. Ahora, con el propósito de que incrementes tu conocimiento sobre lo que estudia la psicología y que comprendas mejor sus objetos de estudio, debes consultar dos fuentes bibliográficas más (que se encuentran al final de la unidad) y describir con tus propias palabras, los elementos básicos que integran el mapa conceptual: conducta, procesos mentales y personalidad.

____
____
____
____
____
____
____

b) Métodos de investigación: experimentales y no experimentales

Con la finalidad de estudiar la gran complejidad de los comportamientos humanos y sociales, la investigación científica, ha desarrollado diversos métodos que permiten la aproximación y el entendimiento de estos hechos. A partir del área de la psicología desde la cual se pretende investigar, así como del tipo de estudio del que se trate, se definen tanto el método de estudio, como los procedimientos de intervención más adecuados.

Los métodos de investigación que utilizan los psicólogos para abordar la gran diversidad de preguntas pueden ser: experimentales y no experimentales.

Experimentales: por lo regular se basan en la idea de que los fenómenos pueden establecer relaciones causales entre sus variables, busca la objetividad de los resultados a través de la obtención de datos medibles y cuantificables; además, pueden ser reproducibles por la experiencia de otros y predecir eventos futuros bajo circunstancias similares.

No experimentales: identifican y describen la naturaleza de las realidades humanas, a través de determinar la fuerza de asociación o correlación entre variables, pretenden a su vez, hacer inferencias causales que expliquen por qué las situaciones ocurren o no de una forma determinada. Permite explorar significados y realidades múltiples en el mismo estudio.

Es importante mencionar, que estos tipos de métodos de investigación no están divididos, unos no son mejores, ni más efectivos, ni más válidos que los otros; simplemente responden a necesidades diferentes. Incluso, la relación entre ambos suele ser complementaria, y en diversos estudios se presentan juntos, (Investigaciones con diseños experimentales mixtos) a fin de fundamentar los hallazgos, que sirvan, como ya se mencionó anteriormente, para crear conocimientos que puedan aplicarse a resolver problemas tanto individuales, como socialmente relevantes.

Actividad 2

Revisa el siguiente material y completa el ejercicio:

CCH Plantel Sur, Métodos de investigación en psicología. Recuperado el 15 de abril de 2018 de: http://www.unamenlinea.unam.mx/recurso/82438-metodos-de-investigacion-para-psicologia

Método	Características	Limitaciones
Experimental		
De campo		
Clínico		
Observación naturalista		
Correlacional		
Encuesta		

1.2 Perspectivas psicológicas

El surgimiento de la psicología como ciencia tiene su origen tanto en posturas filosóficas desde los antiguos griegos como la concepción idealista y racionalista de Platón, la visión materialista y de unidad psicosomática de Aristóteles, que fueron retomadas durante el Renacimiento, hasta movimientos que surgieron en el siglo XIX con el interés científico-médico que se centró en el estudio del cerebro y la investigación sensorial y perceptiva, que le dieron la categoría de ciencia.

a) Conductual

Surge a partir de las investigaciones de John Watson, quien retoma los descubrimientos de Iván Pávlov, acerca del condicionamiento clásico y determina el estudio de la conducta como unidad física de observación, medición y control; por lo tanto, desde esta perspectiva la psicología tiene por objeto la descripción de conductas observables y de los factores situacionales que las regulan.

Posteriormente surge el neoconductismo con B.Frederic Skinner, quien propone el condicionamiento operante, afirmando que toda conducta es adquirida por un sistema de recompensas y castigos. Para el conductismo, la psicología es una rama puramente objetiva y experimental de las ciencias naturales, cuya meta es tanto la predicción como el control de la conducta, utilizando un método inductivo e hipotético deductivo describe la conducta, pero no la explica.

Actividad 3

I. Revisa el artículo: Vergara, C. ¿En qué consiste el enfoque conductual en la psicología? Recuperado el 12 de abril de 2018 de: *https://www.actualidadenpsicologia.com/enfoque-conductual-psicologia/*

II. Elabora un resumen en el que resaltes los supuestos básicos del conductismo, así como sus representantes, en qué consiste el condicionamiento clásico y cuáles son las diferencias con el condicionamiento operante. Resalta sus aportaciones y limitaciones.

____
____
____
____
____
____
____
____
____

b) Cognitiva

Esta perspectiva señala el retorno del interés por los procesos y estructuras internas de la consciencia; sus impulsores fueron Jean Piaget, desde la epistemología genética y Noam Chomsky desde la lingüística, en particular la "gramática universal", aunque Miller y Neisser son quienes dan cuerpo a esta perspectiva.

Para el enfoque cognoscitivo, la conducta humana es el resultado del procesamiento, integración e interpretación de la información.

Actividad 4

I. Revisa el artículo: Guerri, Martha La psicología cognitiva y sus aplicaciones.Recuperado el 12 de abril de 2018 de: https://www.psicoactiva.com/blog/consiste-la-psicologia-cognitiva/

II. Observa el video que se encuentra al final del artículo.

III. Elabora un resumen en el que resaltes los supuestos básicos del cognoscitivismo, así como sus principales representantes, la metáfora computacional de la teoría cognitiva y sus aplicaciones.

____
____
____
____
____
____
____

c) Psicodinámica

Este modelo se basa en la teoría psicoanalítica que surge como un dialogo entre la psicología y la medicina; es desarrollado por Sigmund Freud, para él, el objeto esencial de estudio es lo inconsciente, el papel de la experiencia individual, los impulsos, deseos y conflictos en el desarrollo y manifestación de la personalidad. Algunos de sus representantes son: Carl J. Jung, Erich Fromm, Albert Adler, Karen Horney, entre otros.

Actividad 5

I. Revisa el artículo: S/A ¿Qué es el psicoanálisis? el enfoque psicoanalítico de la Psicología. Recuperado el 15 de abril de 2018 de: https://www.psicoactiva.com/blog/psicoanalisis-enfoque-psicoanalitico-la-psicologia/

II. Elabora un resumen en el que destaques los principios básicos de psicoanálisis, sus principales representantes y los postulados que cada uno propone.

____
____
____
____
____
____
____
____

d) Psicología Humanista

La psicología humanista surge en Norteamérica en los años sesenta, destaca la importancia del potencial individual, los ideales y la experiencia subjetiva en la motivación y la personalidad. Su centro de interés es la persona tal como es y se desarrolla.

Actividad 6

I. Revisa el siguiente artículo:
S/A Qué es la psicología humanista. Bases y fundamentos. Recuperado el 12 de abril de 2018 de:
https://www.psicoactiva.com/blog/la-psicologia-humanista-bases-fundamentos/

II. Elabora un resumen en el que destaques: los principios básicos de la psicología humanista, sus postulados, los principales representantes de esta perspectiva, sus aportaciones y limitaciones.

____
____
____
____
____
____
____
____

e) De las neurociencias

Las neurociencias son un conjunto de disciplinas que estudian el sistema nervioso para proporcionar una explicación de los fenómenos psicológicos a partir del funcionamiento de éste, de influencias genéticas y de la modulación de las hormonas.

Actividad 7

I. Revisa los siguientes materiales:

Delgado, A. C. (2017). ¿Por qué la neurociencia es importante en la Psicología? Publicado en: Tempus Psicológico 1(1), 153-170. DOI: Recuperado el 12 de diciembre de 2018 de: https://www.researchgate.net/publication/323766922_Neurociencia_y_Psicologia
S/A ¿Qué son las neurociencias? Recuperado el 12 de abril de 2018 de: https://psicologiaymente.net/tags/neurociencia

Meléndez, G. (2016). El papel de la Psicología en las neurociencias. Recuperado el 12 de abril de 2018 de: https://prezi.com/ls7fyfq-y1rj/el-papel-de-la-psicologia-en-la-neurociencias/

II. Elabora un resumen en el que destaques: los principios básicos de la psicología desde las neurociencias, sus postulados, los principales representantes de esta perspectiva, sus aportaciones y limitaciones.

____
____
____
____
____
____
____
____

f) Sociocultural

A esta perspectiva psicológica también se le conoce como histórico cultural y percibe el desarrollo personal como una construcción del ambiente, por lo que se basa en el análisis de las repercusiones que el contexto social y cultural tiene en la conducta y en los procesos psicológicos, cuya manifestación está relacionada con el entorno donde nace, crece y vive el individuo.

Actividad 8

I. Revisa los siguientes materiales:
Carmona G. (2015) Psicología social y la teoría sociocultural. Recuperado el 15 de diciembre de 2018 de: https://prezi.com/uyd0anigrau_/la-psicologia-social-y-la-teoria-sociocultural/

Carrera, Beatriz, Mazzarella, Clemen, Vygotsky: enfoque sociocultural. Educere [en línea] 2001, 5 (abril-junio): [Fecha de consulta: 22 de diciembre de 2018] Disponible en: https://www.redalyc.org/pdf/356/35601309.pdf

S/A Teoría sociocultural de Vygotsky. Ideas principales. Recuperado el 15 de diciembre de 2018 de: https://www.psicoactiva.com/blog/teoria-sociocultural-o-historico-cultural-de-vygotsky/

II. Elabora un resumen en el que destaques en qué consiste la perspectiva sociocultural de la psicología, las ideas principales de Vygotsky y sus principales aplicaciones.

____
____
____
____
____
____
____
____
____
____
____
____
____

Actividad 9

A partir de los resúmenes elaborados completa el siguiente cuadro sinóptico:

Perspectivas psicológicas

	Conductual	Cognitiva	Psicodinámica	Humanista	De las Neurociencias	Sociocultural
Antecedentes						
Representantes						

Postulados						
Aportaciones						

1.3 La psicología como profesión y sus herramientas de trabajo

a) Campos académicos

El psicólogo que ejerce en el campo académico se dedica a labores de docencia, investigación y orientación.

Como docente, enseña desde nivel bachillerato hasta posgrado, los conocimientos propios de la disciplina: procesos cognitivos, emocionales y conductuales; se aplica concretamente a la impartición de clases. Para ello, se actualiza permanentemente buscando modelos, métodos, estrategias y demás herramientas educativas, que le permitan crear entornos de aprendizaje motivantes y progresivos, a fin de que sus alumnos desarrollen las habilidades y los conocimientos propuestos dentro de los planes de estudios.

Como investigador, se dedica a conocer aspectos de casos muy variados a través de diversos métodos de estudio (experimentales y no experimentales). La elección del tema es elegida de acuerdo con el interés del propio investigador o de las situaciones que requieren atenderse en su entorno. Por ejemplo, algunos, en el campo educativo, identifican variables que facilitan el aprendizaje significativo o analizan los principales problemas existentes en el proceso de enseñanza-aprendizaje; otros, en el área experimental, se interesan por investigar nuevos tratamientos de biorretroalimentación a problemas de migraña o asma crónica. También pueden estudiar aspectos de la psicología básica como la atención, la memoria o la inteligencia, asimismo fenómenos ligados a un contexto determinado, como la influencia de los vínculos familiares en el desarrollo de enfermedades mentales.

Como orientador, realiza funciones de apoyo a la docencia, atiende alumnos con problemas didácticos y disciplinares, los orienta con recursos psicopedagógicos para que se involucren en la construcción de su propio

conocimiento, brinda orientación sobre elección vocacional y participa activamente en la atención y canalización en casos que se requiera un tratamiento en particular, entre otras actividades. Los jóvenes que requieren educación especial debido a sus características propias y diversidad funcional también son atendidos por este tipo de profesionales.

Actividad 10

I. En este contexto, revisa la página electrónica: Garaigordobil, M. (2009). El papel del psicólogo en centros los educativos. Recuperado el 20 de diciembre de 2018 de: http://www.infocop.es/view_article.asp?id=2556

II. Selecciona y agrega en las líneas correspondientes, dos actividades más (que consideres relevantes), que realiza el docente, el investigador y el orientador en los campos académicos.

El docente____
____

El investigador____
____

El orientador____
____

b) Áreas de trabajo

Después de haber revisado los puntos 1.1.b Métodos de investigación y 1.2 Perspectivas psicológicas, habrás notado que la psicología es una ciencia muy amplia que posee diversos métodos de estudio y numerosas teorías que posibilitan la comprensión de los fenómenos psicológicos. De igual manera, las especialidades de estudio, así como las áreas de trabajo, poseen un amplio espectro de acción en el quehacer del psicólogo.

Con el propósito de que conozcas las áreas de trabajo profesional de los psicólogos, te pedimos que realices la siguiente tarea.

Actividad 11

1. Lee los documentos que se encuentran en los siguientes vínculos: S/A Recuperado el 18 de diciembre de 2018 en: https://es.scribd.com/doc/45239962/AREAS-DE-LA-PSICOLOGIA-Y-SU-CAMPO-DE-TRABAJO y Corbin, J. S/f Recuperado en https://psicologiaymente.com/psicologia/tipos-psicologos. También consulta las fuentes que se encuentran en las referencias bibliográficas de esta unidad y otras que consideres convenientes.

2. Posteriormente, completa el cuadro que se presenta a continuación:

Área laboral	Actividades específicas	Métodos que utiliza	Herramienta (s)	Especialidad (ejemplo)	Lugar de trabajo
Clínica	Se encarga de la prevención, diagnóstico y tratamiento a personas que sufren problemas emocionales y de adaptación, tanto en momentos de crisis como crónicos, pueden ser leves o graves.	Método Clínico (Estudio de caso)	Entrevista Pruebas psicológicas Historia de vida y clínica	Enfermedades psicosomáticas, Crisis de ansiedad o depresión	Consultorios, hospitales, centros de readaptación social, centros comunitarios, entre otros
Educativa	Su principal interés es la aplicación de teorías y técnicas psicológicas para apoyar a los estudiantes en su proceso de formación académica. Brinda orientación a alumnos, profesores y padres de familia a problemas que se presentan en el proceso educativo.		Pruebas psicológicas Entrevistas Cuestionario	Educación especial Orientación educativa	

Del desarrollo	Se dedican a estudiar los cambios de las personas que se van produciendo a lo largo de la vida. Se estudian épocas determinadas como la adolescencia o la madurez o una etapa y su evolución. También es llamada psicología evolutiva.				Escuelas hospitales clínicas
Social	Trabajan sobre todo en el ámbito público. Desarrollan programas, intervenciones investigaciones para comunidades excluidas o vulnerables. Se interesan por las maneras en que se perciben las personas y por los efectos producidos en la interacción grupal. Se examina el comportamiento y los procesos mentales desde el ámbito familiar, social y grupal.	Método de observación natural	Diario de campo		

Experimental	Realizan investigación en diversas áreas de la Psicología, a través de pruebas y experimentos para obtener nuevos conocimientos sobre distintos aspectos o fenómenos psicológicos como la atención, la motivación y la emoción.	Método experimental Cuantitativo		Procesos psicológicos como la percepción, el aprendizaje y el pensamiento	Laboratorios de las universidades, centros de investigación o las grandes instituciones públicas
Psicofisiología o Neuro-psicología.	Se interesa por el funcionamiento de procesos físicos y químicos del organismo y su influencia en el comportamiento. Estudia los procesos básicos como percepción, pensamiento, aprendizaje o los estados de conciencia (sueño y vigilia) buscando las bases fisiológicas, las sustancias químicas y las manifestaciones eléctricas de la corteza cerebral que están presentes en ellos.	Método experimental		Rehabilitación cognitiva, conductual y emocional de un paciente con daño cerebral Tratamiento de dolores crónicos a través de la biorretroalimentación.	

Del Trabajo o industrial	Trabajan en el ámbito laboral, en la selección y formación del personal. Estudian el funcionamiento de las organizaciones, la calidad, los recursos humanos, el liderazgo y la capacitación.		Prueba psicométrica Entrevista Cuestionario	Orientación laboral y recursos humanos Estudios de mercado para saber el nivel de satisfacción de los consumidores	

c) Procedimientos de intervención

Son herramientas de trabajo, técnicas o instrumentos que utilizan los psicólogos con propósitos, diseños y procedimientos específicos, que sirven para abordar su objeto de estudio y obtener datos o información sobre una persona, un grupo o un fenómeno social, según sea el caso. A continuación, se mencionan algunos de ellos, los más utilizados por los métodos de estudio y las áreas laborales de la disciplina.

Observación

Para los psicólogos, observar lo que pasa a su alrededor es fundamental, ya que les permite identificar, analizar y generar hipótesis. Observar es indispensable en todas las investigaciones e intervenciones psicológicas: en una sesión terapéutica, en un estudio de campo, en una entrevista de trabajo, en la realización de un experimento, etcétera. Por lo regular, esta herramienta es necesaria en todo proceso de investigación o atención psicológica; es el primer acercamiento a los fenómenos y frecuentemente la primera identificación que se hace del problema a investigar o a tratar.

Entrevista

Es un recurso que permite hacer un análisis profundo de ciertas características de las personas y fenómenos. Como la observación, es una herramienta muy utilizada en todas las áreas de aplicación y se lleva a cabo de manera personal o con grupos pequeños. El valor de los datos obtenidos depende en parte de la capacidad del entrevistador, quien debe establecer una buena atmósfera de confianza con el entrevistado.

Las preguntas pueden ser abiertas o cerradas, su organización va surgiendo en relación con el tema que se esté tratando hasta que el investigador considere que ya cuenta con la información suficiente para emitir una opinión, dictamen o diagnóstico; en las segundas, los objetivos son muy claros y los aspectos que se exploran están predeterminados con preguntas ya elaboradas.

La entrevista, a diferencia de otras técnicas, entraña un proceso interactivo, tiene participantes mutuamente influenciables e inicia con el establecimiento de una meta.

Actividad 12

Lee el siguiente documento y contesta las siguientes preguntas: Díaz, L. (2011). Indagación. Recuperado el 20 de diciembre de 2018 de: http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/publicaciones/Indagacion_Lidia_Diaz_Sanjuan_Texto_Apoyo_Didactico_Metodo_Clinico_3_Sem.pdf

1. ¿Cuáles son las características de la entrevista clínica?

____
____
____

2. ¿Qué tipos de comunicación existen en una entrevista?

____
____
____

3. ¿Cuándo se aplican entrevistas abiertas y cuándo cerradas?

____
____
____

Cuestionario

Es un instrumento muy utilizado en la investigación cuantitativa y/o para detectar y medir ciertas características de una persona o de un determinado sector de la población. Se componen de un número variable de preguntas que pueden ser abiertas, cerradas o de opción múltiple. Una de sus características es que su administración es escrita, a diferencia de la entrevista, que regularmente es oral. Tiene como objetivo obtener información concreta y específica de las variables que se quieren medir. Por ejemplo, el cuestionario de mercadotecnia se aplica a un gran sector de la población para recolectar información sobre los gustos y preferencias de los consumidores sobre un producto determinado.

Escalas

Al igual que los cuestionarios, son herramientas utilizadas en la investigación cuantitativa, en las pruebas psicométricos y en los inventarios de la personalidad. Están constituidas por una serie de ítems en forma de afirmaciones, que miden actitudes de las personas por medio de categorías, por ejemplo, de acuerdo, indiferente, en desacuerdo, datos que son recolectados y transformados a números para su posterior análisis estadístico.

Actividad 13

Revisa las siguientes páginas, en ellas podrás encontrar algunos ejemplos de la escala likert, al terminar, crea tu propia escala de actitud. Puede ser, sobre la calidad del ambiente escolar en tu preparatoria, o algún otro tema de interés.

Llaurón, O. (2014). La escala Likert, qué es y cómo utilizarla. Recuperado el 20 de diciembre de 2018 de: https://www.netquest.com/blog/es/la-escala-de-likert-que-es-y-como-utilizarla
S/A. ¿Qué es una escala Likert? Recuperado el 20 de diciembre de 2018 de: https://es.surveymonkey.com/mp/likert-scale

Elabora por lo menos diez ítems

Pruebas psicológicas

Son los instrumentos que tienen el propósito de medir o evaluar de manera objetiva algún aspecto, área o característica psicológica específica. Pueden ser de aptitudes, actitudes, habilidades, interés vocacional, adaptación al medio, inteligencia, personalidad, entre muchas otras. Estas herramientas son estandarizadas y poseen alto grado de validez y confiabilidad. Por lo general, se recomienda aplicar una batería de pruebas (conjunto de pruebas psicológicas que brindan información sobre distintos aspectos del sujeto a evaluar), con el objeto de obtener rasgos más globales y resultados más confiables.

Actividad 14

I. Realiza una revisión general de la información que contiene la siguiente dirección electrónica: Posada, D. (2016) Catálogo de pruebas e instrumentos. Recuperada el 20 de diciembre de 2018 de: https://www.usbmed.edu.co/Portals/0/PDF/Laboratorios-Psicologia/Catalogo-de-Pruebas-2016.pdf.

II. Selecciona una prueba de personalidad y otra de inteligencia y describe:

1. ¿Cuáles son sus propósitos?

___
___
___

2. ¿Cómo están integradas?

___
___
___

Actividad 15

1. Lee con atención el resumen de la investigación psicológica que se describe a continuación y con base a lo revisado anteriormente, contesta las preguntas que se presentan:

ESTUDIO DESCRIPTIVO SOBRE EL USO DE LA MEMORIA MUSICAL EN ESTUDIANTES DE PIANO DEL ESTADO DE CHIHUAHUA, MÉXICO

Resumen: La interpretación de memoria es uno de los aspectos básicos que un estudiante de piano debe asimilar para desarrollar plenamente su técnica instrumental y, por ende, su nivel expresivo, a la hora de interpretar un concierto ante el público. A lo largo de este trabajo se realiza un análisis descriptivo y pormenorizado sobre la importancia que posee en la enseñanza del piano, el estudio de los diferentes tipos de memoria en estudiantes del Estado de Chihuahua, México. Para ello, se administró un cuestionario a 88 alumnos de piano, 44 hombres (50%) y 44 mujeres (50%), para averiguar su opinión sobre el uso de la memoria auditiva, visual, kinestésica y analítica, así como el grado de importancia que para ellos posee el trabajo de las mismas. Los resultados muestran que el modelo más adecuado para desarrollar el trabajo de la memorización es la combinación de la memoria visual, auditiva, kinestésica y analítica. (Herrera y Cremades, 2012).

1. ¿En qué método de basa este estudio? Explica tu respuesta.

___
___
___
___

2. ¿Qué herramienta o técnica se utilizó para abordar el estudio y obtener resultados? Explica tu respuesta.

___
___
___
___

3. ¿A qué área de trabajo pertenece esta investigación? Explica tu respuesta.

____
____
____
____

4. Posteriormente, reflexiona junto con tus compañeros (en equipos de trabajo y con la supervisión de tu profesor) ¿Cómo hubieras abordado el mismo tema de estudio con otra metodología y con otra herramienta de trabajo ¡Se creativo!

____
____
____
____
____

Actividad 16

El psicólogo como cualquier otro profesionista, está al servicio de la sociedad y debe ejercer su disciplina con responsabilidad y ética, por ello, es necesario reflexionar sobre la actitud que debe tener al ejercer su profesión en los diversos escenarios de trabajo. Por lo anterior te pedimos que realices la siguiente tarea:

I. Lee con atención el prólogo del texto: Sociedad Mexicana de Psicología (2007). Código ético del psicólogo. Ed. Trillas, 4ª Ed., págs. 118. Recuperado de: http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/CODIGO_ETICO_SMP.pdf

II. Redacta un breve párrafo sobre la importancia de tener un código ético del psicólogo.

____
____
____
____
____

III. Ahora, revisa los siguientes casos, donde se describen dos situaciones simulada relacionadas con una inadecuada práctica de la psicología.

- Una psicóloga encargada del área de recursos humanos de una empresa en México, solicita a un estudiante de la carrera, quien recién empezó a hacer su servicio social en el departamento de selección y reclutamiento de personal, que aplique pruebas psicométricas a 10 personas aspirantes al puesto de jefe de oficina; sin embargo, no cuenta aún con la licenciatura en psicología, ni con la capacitación para aplicar e interpretar ese tipo de instrumentos.

- Un investigador realizó un estudio cualitativo sobre el maltrato a las mujeres en la Ciudad de México, para ello entrevistó a 8 mujeres voluntarias que asisten a un centro comunitario de ayuda contra la violencia intrafamiliar; sin embargo, antes de iniciar el interrogatorio, “olvidó” comentarles sobre los fines de la entrevista. Finalmente, aunque no aparecieron los nombres de las entrevistadas en la descripción de los resultados, si salieron algunos relatos textuales de las participantes, sin su consentimiento.

IV. Lee el cuarto capítulo del código ético del psicólogo y menciona qué apartados tendrán que recordar, tanto la psicóloga del primer caso, como el investigador del segundo caso.

1.
____
____
____

2.
____
____
____

Glosario

Para continuar familiarizándote con la terminología que se emplea en Psicología y, en particular, en el área de las neurociencias, busca la definición de los siguientes conceptos (esta actividad puede realizarse de manera individual, por equipo o repartirse entre todos los integrantes del grupo). Se considera conveniente emplear los textos de Psicología que se emplean en las referencias bibliográficas de la unidad.

Concepto	Definición
Autorrealización	
Condicionamiento	
Conducta	
Conductismo	
Confiabilidad	
Cognoscitivismo	
Confiabilidad	
Consciente	
Contigüidad	
Creencia	
Encuesta	
Entrevista	
Escala	

Esquema mental	
Estandarización	
Estimulo	
Humanismo	
Inconsciente	
Ítem	
Método correlacional	
Método experimenta	
Método no experimenta	
Muestra	
Neurociencias	
Nivel de desarrollo potencial	
Personalidad	
Preconsciente	
Procesamiento de información	
Proceso mental	

Psicoanálisis	
Psicología clínica	
Psicología educativa	
Psicología experimental	
Psicología social	
Respuesta	
Tendencia actualizante	
Teoría sociocultural	
Validez	
Variable	
Zona de desarrollo próximo	

Autoevaluación

1. Aproximación psicológica que incluye las experiencias humanas, entre ellas el sentido de la vida, como medio de alcanzar el potencial humano.
A) Cognoscitivismo
B) Conductismo
C) Psicoanálisis
D) Humanismo

2. Método utilizado en la psicología clínica, donde se utiliza una descripción detallada y un análisis intensivo de uno o varios individuos.
A) Historia de casos
B) Observación natural
C) Entrevista
D) Método experimental

3. La sobreproducción de dopamina tiene incidencias en la aparición de Psicosis, ¿Qué perspectiva psicológica se encarga de estudiar este fenómeno?
A) Cognoscitivismo
B) Conductismo
C) Neurociencias
D) Humanismo

4. Técnica de investigación que se basa en la relación que se da entre dos o más variables de manera estadística.
A) Investigación correlacional
B) Investigación experimental
C) Estudio de casos
D) Encuesta

5. Los psicólogos en esta área tienen un papel fundamental en el proceso enseñanza aprendizaje, participando en el desarrollo de programas de formación para niños con necesidades especiales y adolescentes con características típicas.
A) Psicología Laboral
B) Psicología Experimental
C) Psicología Educativa
D) Psicología Clínica

6. La fundación del primer laboratorio para el estudio científico de los procesos mentales, llevó a la Psicología a:
A) la utilización de una técnica conductista
B) la definición de sus objetivos de estudio
C) el descubrimiento de la investigación analítica
D) la práctica de una metodología experimental

7. Método de investigación en Psicología Social que permite recopilar información sobre una gran cantidad de personas.
A) Método de correlación
B) Método clínico
C) Encuesta
D) Entrevista

8. El sesgo o prejuicio del investigador es el problema principal de:
A) Método observacional
B) Método de encuesta
C) Historia de casos.
D) Método correlacional

9. Perspectiva psicológica que se interesa en el estudio de lo inconsciente
A) Humanista
B) Psicodinámica
C) Sociocultural
D) Cognitiva

10. Perspectiva psicológica propuesta por Vygotsky, que privilegia a la interacción del individuo con su medio como un mediado para la adquisición de habilidades cognitivas.
A) Humanista
B) Psicodinámica
C) Sociocultural
D) Cognitiva

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alonso, J. (2012). *Psicología*. Mac. Ciudad de México. México: Graw Hill

Felmand, R. (2012). *Psicología para bachillerato*. Ciudad de México. México: Mc. Graw Hill.

Morris, Ch. y Maisto, A. (2011). *Introducción a la Psicología*. Ciudad de México. México: Pearson.

Papalia, D. y Wendkos, S. (2009). *Psicología para bachillerato*. Ciudad de México. México: Mac. Graw Hill.

Sociedad Mexicana de Psicología. (2007). *Código ético del psicólogo*. México: Trillas

OTRAS FUENTES DE CONSULTA

Carmona G. (2015) *Psicología social y la teoría sociocultural.* [En línea] Recuperado el 15 de diciembre de 2018 de: https://prezi.com/uyd0anigrau_/la-psicologia-social-y-la-teoria-sociocultural/

Carrera, B. Mazzarella, Cl. (2001) *Vygotsky: enfoque sociocultural. Educere* [en línea] Recuperado el 22 de diciembre de 2018 de: https://www.redalyc.org/pdf/356/35601309.pdf

Coon, D. (2000). *Psicología. Exploración y aplicaciones. México*: Thomson.

Delgado, A. (2017) ¿Por qué la neurociencia es importante en la Psicología? [en línea] Recuperado el 12 de diciembre de 2018 de: https://www.researchgate.net/publication/323766922_Neurociencia_y_Psicologia

Garaigordobil, M. (2009). *El papel del psicólogo en centros los educativos*. [en línea] Recuperado el 20 de diciembre de 2018 de: http://www.infocop.es/view_article.asp?id=2556

Guerri, M. *La psicología cognitiva y sus aplicaciones.* [en línea] Recuperado el 12 de abril de 2018 de: https://www.psicoactiva.com/blog/consiste-la-psicologia-cognitiva/

Herrera Cedillo, M.; Cremades Andreu, R. (2012). *Estudio descriptivo sobre el uso de la memoria musical en estudiantes de piano del Estado de Chihuahua, México*. DEDiCA. Revista de Educación y Humanidades

Melendez, G. (2016) *El papel de la Psicología en las neurociencias.[en línea]* Recuperado el 12 de abril de 2018 de: https://prezi.com/ls7fyfq-y1rj/el-papel-de-la-psicologia-en-la-neurociencias/

Posada, D. (2016) *Catálogo de pruebas e instrumentos*. [en línea]Obtenida el 20 de diciembre de 2018 en: https://www.usbmed.edu.co/Portals/0/PDF/Laboratorios-Psicologia/Catalogo-de-Pruebas-2016.pdf.

S/A, *Métodos de investigación en psicología*. [En línea] Colegio de Ciencias y Humanidades Plantel Sur. Recuperado el 15 de abril de 2018 de: http://www.unamenlinea.unam.mx/recurso/82438-metodos-de-investigacion-para-psicologia

S/A *¿Qué es el Psicoanálisis?, el enfoque psicoanalítico de la Psicología.* Recuperado el 15 de abril de 2018 de: https://www.psicoactiva.com/blog/psicoanalisis-enfoque-psicoanalitico-la-psicologia/

S/A *Qué es la psicología humanista. Bases y fundamentos*. Recuperado el 12 de abril de 2018 de: https://www.psicoactiva.com/blog/la-psicologia-humanista-bases-fundamentos/

S/A *¿Qué son las neurociencias?* Recuperado el 12 de abril de 2018 de: https://psicologiaymente.net/tags/neurociencia

S/A *Teoría sociocultural de Vygotsky. Ideas principales*. Recuperado el 15 de diciembre de 2018 de: https://www.psicoactiva.com/blog/teoria-sociocultural-o-historico-cultural-de-vygotsky/

UNIDAD II
UNA MIRADA DE LA PSICOLOGÍA DESDE LAS NEUROCIENCIAS

Objetivos

El alumno:

- Explicará que la conducta, los estados afectivos, los pensamientos, la toma de decisiones y, en suma, toda expresión de su personalidad, son el resultado de la actividad coordinada y armónica de diversas estructuras del sistema nervioso, con base en el análisis de la contribución de los distintos componentes de éste y de la modulación de las hormonas, para reflexionar sobre la importancia de la integridad estructural y funcional del sistema nervioso en su actuación cotidiana.
- Analizará la importancia del mantenimiento de condiciones óptimas para el funcionamiento del sistema nervioso, a través de la revisión documental y del estudio de casos, para proponer estrategias de prevención de los factores que pueden afectarlo.

Introducción

El ser humano es hasta el momento es algo que no ha terminado por develarse, siempre existen preguntas del por qué o del cómo realiza ciertas conductas que pueden ir desde lo más cotidiano, como, el participar en clase, a lo más particular como una persona que tiene una conducta criminal por ejemplo, un acto de vandalismo en una protesta civil. Ahora bien, las neurociencias nos dan una respuesta por medio de la interacción de elementos biológicos, de la complejidad de nuestro sistema nervioso, que es el responsable de que nuestros procesos cognitivos puedan ayudarnos a relacionarnos con nosotros mismos y con el medio.

Son las 2:30 de la mañana y no he podido conciliar el sueño. Ante esta dificultad, enciendo la computadora y realizo una búsqueda en *internet* sobre los efectos de no dormir. Encuentro el siguiente mini-reporte:

> Caso real de privación total del sueño
> El caso real, con un registró de un adolescente estadounidense que, para un proyecto de ciencias, estuvo 11 días consecutivos sin dormir. Entre los efectos observados, se encuentra la desorientación, fatiga, desconcentración, jaquecas, cansancio, tristeza. (Guillen, s/f)

Ante esta información, la pregunta obligada es ¿por qué la falta de sueño tiene efectos en conductas asociadas con la cognición y las emociones? Un número de respuestas posibles nos llevan al estudio del funcionamiento del cerebro, pues éste participa en todo lo que haces, piensas, sientes y, aún, en cómo te

relacionas con los demás, por lo que se considera el órgano responsable de la personalidad, la inteligencia y de cada decisión que se toma.

Después de que realices las actividades de esta unidad, estarás en posibilidad de decidir (¡con la participación del cerebro!), si la importancia que se le atribuye es correcta o no.

Actividad 1

I. Con la intención de que contemos con una referencia común y para sensibilizar sobre la importancia de este tema, revisa el video completo de Discovery Channel (1994) *El Cerebro-El universo entre nosotros*, disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=IPOz8ZRBq_4, y escribe una opinión sobre su contenido.

II. Para disponer de datos para una actividad posterior, registra en el siguiente formato la hora en que te acuestas a dormir y en la que te despiertas, en un periodo de dos semanas. En el caso de que tardes más de 10 minutos en conciliar el sueño o tengas algún despertar prolongado, anótalo en la sección de observaciones.

Registro de hábitos de sueño

Día	Hora de despertar	Hora de dormir	Día	Hora de despertar	Hora de dormir
Domingo1	No se registra		Domingo2		
Lunes1			Lunes2		
Martes1			Martes2		
Miércoles1			Miércoles2		
Jueves1			Jueves2		
Viernes1			Viernes2		
Sábado1			Sábado2		
			Domingo3		No se registra
Observaciones:					

2.1 Evolución y desarrollo de los procesos mentales superiores

El cuerpo humano, con todas sus capacidades, es el resultado de 3500 años de **evolución** y el modelo **de cerebro** que hizo posible el proceso de humanización ya se encontraba presente en el *homo sapiens*, hace unos 40 mil años. El atributo distintivo de la humanidad es la cultura, que abarca todas las creaciones de la mente humana. Se transmite de generación en generación a través de un proceso de enseñanza-aprendizaje, principalmente mediante el lenguaje; ha permitido la acumulación de experiencias en una memoria social y la adaptación de la especie a una gran diversidad de nichos ecológicos (Cárdenas, 2004).



Imagen 2.1. Homo sapiens. (Sauber, 2013)

Actividad 2

I. Con el propósito de que identifiques los elementos que permitieron la emergencia de la conciencia y la evolución de los procesos mentales superiores, revisa nuevamente los primeros 18 minutos del video *El Cerebro- El universo entre nosotros, recuperado en:* https://www.youtube.com/watch?v=IPOz8ZRBq_4, y responde a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué cambios estructurales del cerebro hicieron posibles los procesos de hominización y humanización?

____
____
____

2. ¿Qué comportamientos son evidencia de una capacidad de pensamiento abstracto en florecimiento?

____
____
____

3. ¿A qué se pueden atribuir estos logros, tanto en la conducta como en la estructura y funcionamiento del cerebro?

____
____
____

II. Compara tus respuestas con las de 3 o 4 de tus compañeros, discutan las diferencias, lleguen a conclusiones y realicen las precisiones requeridas.

1. ¿Qué cambios estructurales del cerebro hicieron posibles los procesos de hominización y humanización?

____
____
____

2. ¿Qué comportamientos son evidencia de una capacidad de pensamiento abstracto en florecimiento?

____
____
____

3. ¿A qué se pueden atribuir estos logros, tanto en la conducta como en la estructura y funcionamiento del cerebro?

____
____
____

Esta actividad tiene como intención de reconocer la interacción entre el medio de desarrollo del humano primitivo y las crecientes capacidades del cerebro, en especial el impacto de la fabricación de instrumentos, del empleo del fuego y del enriquecimiento de la dieta, así como del desarrollo de la cultura (culto a los muertos y manifestaciones de arte, por ejemplo) y del lenguaje articulado.

Con fines de ilustración, consulta la imagen *El cerebro y las habilidades*, que hace una comparación simple de varios atributos entre prehomínidos y homínidos, disponible en: http://revistapesquisa.fapesp.br/wp-content/uploads/2012/02/018-023_CAPA_DogmasNeuro3_192-31.jpg.

Con la revisión anterior se aprecia que un cerebro más evolucionado da paso a mayores y mejores capacidades, tanto conductuales como mentales. Algo similar sucede con el **desarrollo del cerebro** a lo largo de la vida: no somos capaces de realizar las mismas actividades en todas las edades; conforme crecemos y madura el cerebro, podemos interactuar de formas más sofisticadas y simbólicas (ideas, códigos, temporalidad) con la realidad.

La relación entre los cambios del cerebro y los procesos cognitivos puede apreciarse en las *Imágenes del desarrollo del cerebro en niños y adolescentes saludables (de 5 a 20 años de edad)*, disponible en: https://i1.wp.com/www.neuromexico.org/wp-content/uploads/2014/12/brainpnas.jpg?resize=300%2C283 a mayor madurez de la corteza asociativa, mejor manejo de la abstracción y la inteligencia, por ejemplo.

Actividad 3

I. Para que se consoliden tus habilidades de búsqueda y análisis de textos digitales, selecciona y reporta un documento sobre desarrollo del cerebro que brinde información sobre posibilidades conductuales, cognitivas y socioafectivas en las distintas etapas de la vida.

Referencia
Autor: Año: Título: URL:

II. Ubica la información sobre las diversas capacidades identificadas en la siguiente línea de desarrollo humano.

Prenatal — Recién nacido — Infante — Niño — Adolescente — Adulto — Senecto

III. Complementa la información obtenida con lo que se reporta en los minutos 22 a 29 y 40 a 43 del video *El Cerebro-El universo entre nosotros*, anteriormente referido. Verifica si los datos que seleccionaste te permiten identificar que antes de nacer lo fundamental es el desarrollo estructural del sistema nervioso, mientras que con la maduración de éste se logran, por ejemplo, autonomía motora, lenguaje, comprensión del entorno e identidad personal. Por otro lado,

> …con el aumento de la edad aparece una serie de cambios cognoscitivos que implican que la actividad del anciano es diferente de la del joven. Se ha reportado una tendencia general a la lentificación, hay límites en la retención de la información a corto plazo y se presentan deficiencias en la ejecución de tareas espaciales y perceptuales (Ostrosky-Solís, 200, p. 169).

Si tu línea de desarrollo es insuficiente, contrasta tu información con la de tus compañeros o busca otras fuentes para completarla.

Ahora, ya sabes que los cambios en el sistema nervioso están relacionados con posibilidades conductuales y cognoscitivas, pero también es importante conocer los **factores que hacen posible el desarrollo normal del cerebro** o que pueden producirle alteraciones.

Se han identificado dos grandes tipos de factores:

- Los biológicos, que incluyen endógenos (genéticos) y exógenos (prenatales, perinatales y posnatales), y los
- culturales-psicológicos-socioeconómicos entre los que se encuentran aspectos como estimulación sensorial y afectiva, relación madre-hijo, tipo de crianza, nutrición, posibilidades educativas y de servicios médicos, entre otras.

Como resultado de una revisión sobre este tema, Thalía Harmony señala:

> Existen numerosos eventos que pueden alterar el desarrollo del sistema nerviosos del niño y su conducta. De acuerdo con la etapa de desarrollo en que se presentan dichos eventos, es posible clasificarlos en factores genéticos, prenatales, perinatales y posnatales. Los factores genéticos son los que se heredan de los padres; entre ellos las alteraciones cromosómicas son las que se observan con mayor frecuencia, como en el síndrome de Down. Los factores prenatales son los eventos que ocurren durante el embarazo y los más importantes son: presencia de algunas infecciones, desnutrición de la madre y hábitos tóxicos. Entre los perinatales el más importante es la anoxia o falta de oxigenación del feto durante el parto. Después del nacimiento son muy numerosos los eventos que pueden tener efectos nocivos sobre el sistema nervioso; la desventaja psicosocial que se acompaña de restricción de los estímulos ambientales resulta crucial y, dado que se presenta más frecuentemente en clases de escasos recursos económicos, se le relaciona con desnutrición crónica. Todos estos factores pueden producir alteraciones de diferentes grados de severidad. El papel del médico y del psicólogo es detectarlos lo más temprano posible a fin de realizar una rehabilitación inmediata. (Harmony, 2004. p. 161-162)

Actividad 4

I. Para fomentar sus habilidades de investigación documental y elaboración de material visual de apoyo, así como la valoración de los datos científicos, en equipos de cinco integrantes realicen una búsqueda documental sobre los factores que influyen en el desarrollo del sistema nervioso en el caso del embarazo adolescente (este tema puede sustituirse por algún otro que haya despertado un interés particular en el grupo o en el alumno).

II. Integren la información encontrada en una infografía; para apoyar su elaboración pueden consultar las siguientes referencias:

Alfaguara Infantil y Juvenil y Grupo Santillana. (s/f). La infografía. Archivo PDF. Disponible en:
http://aldeavirtual.infotec.com.mx/wp-content/uploads/2015/02/la_infografia.pdf
Kioskea.net. (2018). Crear infografías online: herramientas y buenas prácticas. Junio 2014. Archivo PDF. Disponible en: http://es.kioskea.net/faq/8683-crear-infografias-onlineherramientas-y-buenas-practicas

2.2 Organización funcional del cerebro y comunicación neuronal

Para que una persona pueda interactuar con su realidad requiere recibir y procesar información tanto del exterior (formas, sonidos, olores, temperatura, movimiento, etcétera) como de su medio interno (ideas; estado de órganos y sistemas; concentración de oxígeno, glucosa y sustancias de desecho, por ejemplo), y la información que recibe proviene de diversos niveles de organización como el molecular, celular, personal y ambiental.

La actuación del individuo incluye desde respuestas básicas y automáticas, como los reflejos, hasta manifestaciones altamente complejas y voluntarias, como la creación artística o la investigación científica. Al sistema nervioso, en general, y al cerebro, en particular, les corresponde la responsabilidad de coordinar las acciones para el análisis e integración de la información, la toma de decisiones y la ejecución de los comportamientos.

> El cerebro es la porción de materia más densa y complejamente organizada del universo conocido, formado por un trillón de células, 100 billones de las cuales interactúan complejamente para dar lugar a la inteligencia, la creatividad, la emoción, la memoria, etc. Mientras más complejo es un sistema, mayor es la dificultad de la tarea de entenderlo (Corsi, 2004, p. 31-32).

Para comprender el cerebro y su impacto en la actuación de las personas, es necesario conocer su funcionamiento desde el nivel microscópico hasta el macroscópico; por ello, se estudiarán las células nerviosas, sus funciones y comunicación (sinapsis), así como la coordinación de diversas estructuras cerebrales y su relación con el comportamiento.

Actividad 5

I. Para reforzar tus habilidades de comprensión de lectura y selección de información relevante, realiza la lectura detallada del capítulo 2 “Panorama general de la organización funcional del cerebro” (págs. 31 a 58), del libro *Aproximaciones de las neurociencias a la conducta* de María Corsi (2004), identifica 10 ideas principales y anótalas a continuación.

El sistema nervioso como procesador de información

1. ____
2. ____
3. ____

Organización general del sistema nervioso

4. ____
5. ____
6. ____
7. ____
8. ____

Jerarquización, regulación y control

9. ____
10. ____

II. Realiza un mapa conceptual a partir de las diez ideas que escribiste anteriormente y compleméntalo con la revisión del video *El Cerebro-El universo entre nosotros*, a partir del minuto 17:50. Presta especial atención al contenido relativo a recuperación funcional después de daño o lesión en el cerebro (plasticidad cerebral).

Después de realizar esta actividad debes de ser capaz de entender que:

1. Las estructuras cerebrales no trabajan de forma aislada, ni tiene una sola función.
2. La primera unidad está relacionada con la producción y mantenimiento de las condiciones básicas y suficientes para interactuar con la realidad externa e interna.
3. La segunda unidad funcional participa en la recepción, obtención y procesamiento de la información para interpretar esta realidad.
4. La tercera unidad funcional se encarga de tomar las decisiones, elaborar los planes de acción motores y abstractos, y supervisar la realización de estos.
5. Las unidades funcionales orquestan su funcionamiento, el cual se manifiesta en comportamientos integrales y complejos.

Actividad 6

I. Para aplicar los conocimientos adquiridos al análisis de la participación coordinada de diversas estructuras cerebrales en la manifestación de los procesos cognitivos, lee cuidadosamente el artículo de García (2008), *La nueva visión del cerebro,* disponible en:

   http://www.comoves.unam.mx/numeros/articulo/111/la-nueva-vision-del-cerebro.

II. Identifica los procesos cognitivos que se refieren en el artículo y relaciónalos con las estructuras cerebrales, y la unidad funcional correspondiente, que son responsables de su manifestación. Anota tus resultados en el siguiente cuadro.

Proceso cognitivo	Estructuras cerebrales	Unidad funcional

Ahora ya tienes una comprensión general del funcionamiento del cerebro a nivel macroscópico, el cual es el resultado de la actividad coordinada de millones de células nerviosas, que tienen características y funciones muy especiales.

Actividad 7

I. Revisa cuidadosamente la siguiente imagen e identifica y describe sus elementos fundamentales en el cuadro que está a continuación. Sé lo más exhaustivo posible, aunque no es necesario que consideres los organelos celulares. Te ayudaremos con un elemento que no es evidente.

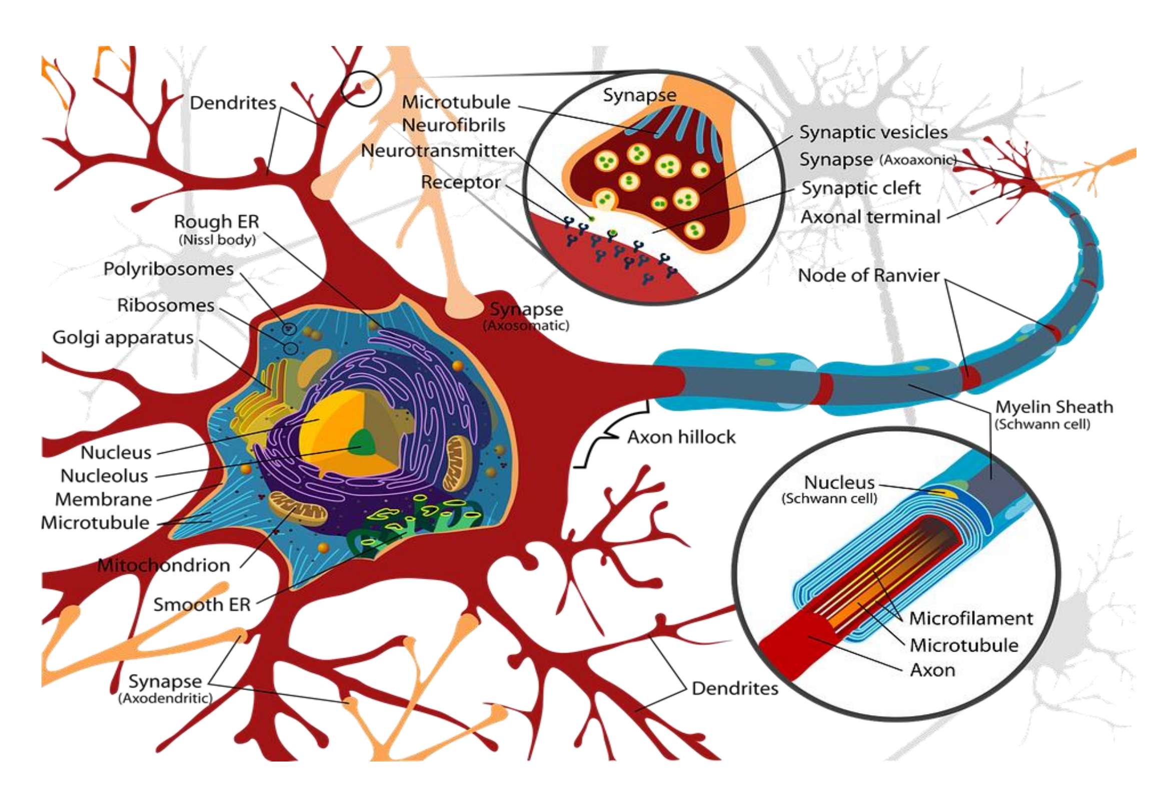


Imagen 2.2. Neurona. (Geralt, 2015)

Elemento	Descripción	Contrastación
Potencial de acción		

II. Contrasta tu descripción con la información del capítulo 2 de Corsi (2008) y de las secciones correspondientes del video *El Cerebro-El universo entre nosotros* y, de ser el caso, realiza los ajustes correspondientes en la columna de contrastación.

Esta actividad debe ayudarte a identificar la forma en que las neuronas se comunican entre sí y con el exterior, así como los apoyos que requieren y los factores que pueden modular su funcionamiento, lo cual te permite comprender la afirmación de Corsi de que “Mientras más complejo es un sistema, mayor es la dificultad de la tarea de entenderlo” (2004, p. 32).

Actividad 8

Para reconocer la complejidad de los temas de interés de las neurociencias y las oportunidades de investigación que ofrecen, revisa el video de Trezanos (2017) TENEMOS UN PROBLEMÓN/ El problema de la consciencia, disponible en https://www.youtube.comwatch?v=neNrOEypZas, así como la sección sobre el estudio de la conciencia del video *El Cerebro-El universo entre nosotros* (minuto 34 a 39 aproximadamente). Escribe tus impresiones sobre el contenido y las inquietudes que te generó.

____
____
____
____

2.3 Alteraciones del funcionamiento del cerebro

El trabajo realizado hasta este momento ha hecho evidente la importancia del cerebro y de su funcionamiento adecuado; parece sensato señalar que “…cuando el cerebro nos funciona bien *nosotros* también funcionamos bien y que cuando experimenta alteraciones lo más probable es que tengamos problemas en nuestra vida” (Amen, D., en Dispenza, 2012:11). Así, la salud del cerebro es fundamental para nosotros, pero existe una gran cantidad de factores que pueden alterar su morfología y funcionamiento.

De acuerdo con Pinel (2001), entre las causas más habituales de lesiones cerebrales se encuentran: tumores, trastornos cerebrovasculares, traumatismo craneoencefálico, infecciones cerebrales, exposición a neurotoxinas (alcohol y drogas incluidos) y algunos factores genéticos. Por otro lado, entre las enfermedades neuropsicológicas más estudiadas señala la epilepsia, la esclerosis múltiple y las enfermedades de Parkinson, Huntington y Alzheimer, todas ellas con un impacto significativo en la personalidad, la cognición y el comportamiento de quienes las padecen que, afortunadamente, no representan la mayoría de la población.

Sin embargo, también existen factores como los **malos hábitos alimentarios y de sueño**, por ejemplo, que pueden producir alteraciones que, aunque de menor gravedad, afectan a un porcentaje importante de la población y pueden llegar a tener consecuencias significativas.

Actividad 9

I. Con el propósito de identificar y prevenir, algunos factores comunes del entorno cotidiano de los alumnos de bachillerato que afectan el funcionamiento del cerebro, analiza los datos obtenidos con la actividad 1, propuesto al inicio de esta unidad.

Para ello, calcula las horas que dormiste cada día y obtén, por separado, el promedio de horas de sueño de los días hábiles y de ambos fines de semana. Anota los resultados en la siguiente tabla:

Horas de sueño

Días hábiles	Horas de sueño	Fin de semana	Horas de sueño
De domingo1 a lunes1		De viernes1 a sábado1	
De lunes1 a martes1		De sábado1 a domingo2	
De martes1 a miércoles1		De viernes2 a sábado2	
De miércoles1 a jueves1		De sábado2 a domingo3	
De jueves1 a viernes1			
De domingo2 a lunes2			
De lunes2 a martes2			
De martes2 a miércoles2			
De miércoles2 a jueves2			
De jueves2 a viernes2			
Promedio		**Promedio**	

II. Realiza una búsqueda digital sobre horas habituales de sueño en diferentes edades y sobre los efectos de la privación acumulada de sueño. Contesta las siguientes preguntas:

1. Tu promedio de horas de sueño, ¿es diferente de lo que señala la literatura para tu edad?

___

2. Ahora, compara ambos promedios. ¿Hay diferencia entre ellos?

___

3. Si tu respuesta fue afirmativa, ¿a qué lo atribuyes?

___

___

4. ¿Puedes reportar algún momento de tu vida en que hayas experimentados los efectos de la privación acumulada de sueño? ¿Cuál?

___

___

___

5. Si tu respuesta es afirmativa, ¿a qué lo atribuyes?

___

___

___

6. ¿Consideras que es necesario hacer un plan de modificación de tus hábitos de sueño? Argumenta tu respuesta.

____

____

____

____

III. Integra en una tabla los promedios de todos los integrantes de tu grupo y discute los datos con base en los resultados de tu búsqueda digital.

Después de esta actividad debes estar en posibilidad de concluir si el funcionamiento de tu cerebro se ha visto afectado en algún momento por tus hábitos de sueño y si requieres algún mecanismo para controlar esta afectación o prevenir que se repita.

ACTIVIDAD 10

Para conocer más sobre las alteraciones de nuestro sistema nervioso, revisa “Las quince enfermedades más comunes del sistema nervioso” de Oscar Castillero, posteriormente selecciona una enfermedad que te resulte interesante, investiga y realiza el llenado del siguiente cuadro:

Castillero, O. (S/f). Las quince enfermedades más comunes del sistema nervioso. Psicología y mente Recuperado en: https://psicologiaymente.com/clinica/enfermedades-sistema-nervioso

Nombre de la enfermedad		
Origen	**Genético**	**Adquirido**
Frecuencia de población afectada		
Sintomatología		
Pronóstico		
Opinión		

GLOSARIO

Para continuar familiarizándote con la terminología que se emplea en Psicología y, en particular, en el área de las neurociencias, busca la definición de los siguientes conceptos (esta actividad puede realizarse de manera individual, por equipo o repartirse entre todos los integrantes del grupo). Se considera conveniente emplear los textos de Psicología que se emplean en las referencias bibliográficas de la unidad.

|	Definición
Área de asociación	
Área motora	
Área sensorial	
Área de Broca	
Área de Wernicke	
Astrocito	
Axón	
Botón sináptico	
Células de Schwann	
Circunvolución	
Conducción saltatoria	
Dendrita	
Electroencefalograma	

Espacio sináptico	
Hemisferio cerebral	
Hominización	
Hormonas	
Humanización	
Interneuronas	
Lóbulo cerebral	
Neuroglia	
Neurona	
Neurotransmisor	
Nodo de Ranvier	
Oligodendrocito	
Plasticidad	
Potencial de acción	
Receptor postsináptico	
Resonancia magnética	

Sinapsis	
Tomografía computarizada	
Tomografía por emisión de positrones	
Transmisión sináptica	
Vaina de mielina	
Vesícula sináptica	

Autoevaluación

Para verificar tu aprendizaje, contesta las siguientes preguntas.

1. Lóbulo de la corteza cerebral que se encarga del procesamiento de las sensaciones corporales.
A) Frontal
B) Temporal
C) Parietal
D) Occipital

2. Lóbulo de la corteza cerebral que se encarga del pensamiento abstracto, la planeación y verificación de la acción, y contiene la corteza motora.
A) Frontal
B) Temporal
C) Parietal
D) Occipital

3. La tercera unidad funcional se encarga de la obtención, procesamiento y almacenamiento de la información, y está formada por los receptores, las vías sensoriales, núcleos específicos del tálamo y las áreas de proyección de la corteza cerebral.
a) Verdadero
b) Falso

4. Estructura del cerebro que relacionada con la formación reticular, participa en el control del tono cortical, el sueño y la vigilia, y relacionada con los receptores sensoriales y la corteza cerebral participa en el análisis e interpretación de la información sensorial.
A) Sistema límbico
B) Tálamo
C) Hipotálamo
D) Médula espinal

5. La capacidad de trazar planes y programas abstractos a largo plazo y mantenerlos por medio de la voluntad aún a pesar de estímulos distractores, es una función de...
A) La primera unidad funcional
B) La segunda unidad funcional
C) La tercera unidad funcional
D) La cuarta unidad funcional

6. La especialización hemisférica describe el hecho de que cada hemisferio procesa la información de una manera particular: hemisferio izquierdo, lógica, analítica y secuencial; hemisferio derecho, gestáltica, visoespacial, en paralelo.
A) Verdadero
B) Falso

7. Si un paciente muestra pérdida de las funciones del lenguaje y del control motor del lado derecho del cuerpo, estos datos indican que la lesión se encuentra en...
A) El cerebelo
B) El cuerpo calloso
C) El hemisferio derecho
D) El hemisferio izquierdo

8. La plasticidad cerebral es la capacidad del cerebro para recuperarse después de lesiones y para cambiar física y químicamente en respuesta a la experiencia.
A) Verdadero
B) Falso

9. El punto de conexión entre dos neuronas se llama…
A) Nervio
B) Mielina
C) Neurotransmisor
D) Sinapsis

10. Los impulsos nerviosos se conducen a través de…
A) La corteza cerebral
B) El axón
C) La neuroglía
D) La sinapsis

11. Sustancia que sirve de aislante del axón y que influye en la velocidad de conducción del impulso nervioso.
A) Acetilcolina
B) Adrenalina
C) Mielina
D) Dopamina

12. El punto más sensible del sistema nervioso y el sitio de acción de fármacos que modifican su funcionamiento es…
A) El axón
B) Las dendritas
C) El soma
D) La sinapsis

13. Además de su funcionamiento específico, las hormonas modulan el funcionamiento del sistema nervioso.
A) Verdadero
B) Falso

14. ¿Qué evidencias permiten inferir el cambio cualitativo en los procesos mentales del hombre primitivo que dio paso al proceso de humanización?
____
____
____

15. ¿A qué procesos mentales nos referimos y cuáles son las estructuras del cerebro que se relacionan con éstos?

____
____
____

16. ¿Qué periodo del ciclo de vida tiene manifestaciones del pensamiento comparables con las proporcionadas por el cerebro del *homo sapiens* de hace 40 mil años?

____
____
____

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Cárdenas, B.E. (2004). Fundamentos de la evolución humana. En: Corsi, M. *Aproximaciones de las neurociencias a la conducta*. 2a. Ed. México: UNAM-U. de G-Manual Moderno.

Corsi, C.M. (2004). Panorama general de la organización funcional del cerebro. En: Corsi, M. *Aproximaciones de las neurociencias a la conducta*. 2a. Ed. México: UNAM-U. de G-Manual Moderno.

Dispenza, J. (2012). *Deja de ser tú. La mente crea la realidad*. 8a. Ed., España: Urano.

Guillén, R.A. (s/f). Efectos de la privación total de sueño en humanos. Recuperado el 8 de enero de 2019 de: https://www.grupolomonaco.com/blog/2018/07/25/efectos-privacion-de-sueno/.

Harmony, T. (2004). Factores que inciden en el desarrollo del sistema nervioso del niño. En: Corsi, M. *Aproximaciones de las neurociencias a la conducta*. 2a. Ed. México: UNAM-U. de G-Manual Moderno, págs. 147-162.

Ostrosky-Solís, F. (2004). Neuropsicología del envejecimiento normal y patológico. En: Corsi, M. *Aproximaciones de las neurociencias a la conducta*. 2a. Ed. México: UNAM-U. de G-Manual Moderno, págs. 163-178.

Pinel, J. (2001). *Biopsicología*. 4ª Ed., Madrid: Pentice Hall.

OTRAS FUENTES DE CONSULTA

Castillero, O. (S/f). Las quince enfermedades más comunes del sistema nervioso. Psicología y mente Disponible en: https://psicologiaymente.com/clinica/enfermedades-sistema-nervioso

Artículo

García, B.A. (2008). La nueva visión del cerebro. *¿Cómo ves?*, febrero, No. 111, págs. 10-14. disponible en: http://www.comoves.unam.mx/numeros/articulo/111/la-nueva-vision-del-cerebro

Imágenes

El cerebro y las habilidades. Disponible en: http://revistapesquisa.fapesp.br/wp-content/uploads/2012/02/018-023_CAPA_DogmasNeuro3_192-31.jpg.

Imágenes del desarrollo del cerebro en niños y adolescentes saludables (de 5 a 20 años de edad). Disponible en

https://i1.wp.com/www.neuromexico.org/wp-content/uploads/2014/12/brainpnas.jpg?resize=300%2C283

Videos

Discovery Channel. (1994). *El Cerebro-El universo entre nosotros*. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=IPOz8ZRBq_4.

Trezanos, P. (2017). TENEMOS UN PROBLEMÓN/ El problema de la consciencia. Disponible en https://www.youtube.com/watch?v=neNrOEypZas

UNIDAD III
LOS PROCESOS PSICOLÓGICOS: SU OPERACIÓN Y FUNCIÓN

Objetivo

El alumno:

> Comprenderá la naturaleza estructural y operativa de los procesos psicológicos, a partir del análisis de su interacción e interdependencia, para reflexionar su participación en los ámbitos académico, personal y social, así como valorar su impacto en la adecuación del individuo a la vida cotidiana.

Introducción



Imagen 3.1. Proceso psicológico. (S/A, 2017)

Los procesos psicológicos constituyen la infraestructura y los cimientos sobre los que se construye la vida (Palmero, F. 2004). Son procesos que permiten comprender cómo un individuo se apropia del mundo e interactúa con él. Los procesos permiten construir las herramientas para afrontar y adaptarse al entorno, como menciona Palmero (2004). Se denominan “procesos”, porque implican acción, actividad, dinamismo y secuencia, no son lineales, se movilizan como una espiral. Permiten una interacción entre los diferentes procesos para construir, para transformar el medio, al mismo tiempo que el individuo se transforma a sí mismo.

Para el estudio de los procesos psicológicos se considera la siguiente clasificación:

- Procesos de interacción: atención, percepción, aprendizaje y memoria.
- Procesos de regulación: motivación y emoción.
- Procesos productivos: pensamiento, lenguaje e inteligencia, ésta última como un producto del pensamiento y del lenguaje.

Es importante comprender cómo interactúan estos procesos que constituyen al ser en su dimensión psicológica. Por tanto, para lograr esta finalidad, se proponen una serie de actividades que permitirán avanzar paulatinamente hacia esta comprensión del ser humano desde el ámbito psicológico.

Actividad 1

I. Revisa el temario de la unidad III y elabora un mapa conceptual que incluya las relaciones jerárquicas entre los temas que constituyen esta unidad. Si tienes dudas sobre cómo elaborar el mapa conceptual, consulta la siguiente página https://www.lucidchart.com/pages/es/que-es-un-mapa-conceptual

Elabora en este espacio el mapa conceptual

II. Redacta una breve explicación sobre el mapa que elaboraste, menciona cuál es el concepto principal y por qué lo seleccionaste, por qué usaste esos conectores, cómo estableciste esa estructura jerárquica entre los conceptos, entre otros aspectos que puedes mencionar.

____
____
____
____
____

III. Si estás trabajando en equipo, comparte el mapa que realizaste y menciona cuáles son las semejanzas y diferencias; cómo se explican esas diferencias.

____
____
____
____
____
____

Considerando la actividad anterior, te percataste que, para elaborar el mapa, seleccionaste una serie de conceptos y analizaste cuál de ellos pondrías en primer lugar, pensaste por qué ese concepto y no otro. Tomaste una decisión y finalmente comenzaste a establecer los conectores entre conceptos. No fue una tarea sencilla, y si tuviste oportunidad de comparar cómo elaboraron el mapa los compañeros del grupo o de otros equipos, te habrás percatado que cada uno tiene distintas maneras de trabajar la información, de apropiarse del tema, de darle un sentido y una configuración. En esta actividad, cada uno plasma su forma de ser, sus emociones, sus motivaciones, pensamientos, ideas que favorecen o generan dudas, cuestionamientos sobre si es correcta o no la organización de la información.

Al realizar cualquier actividad, nos enfrentamos a una serie de toma de decisiones que nos permiten identificar qué elementos atender y cuáles no. Cuánto tiempo les prestamos atención, que de todo lo que vimos o escuchamos se almacenó en la memoria y recordaremos más adelante o cuáles simplemente se olvidaron. Los procesos psicológicos están presentes en todo lo que hacemos, intervienen hasta en el más mínimo detalle de nuestras actividades o en los pensamientos.

Actividad 2

I. Revisa lo siguiente:

1. Algunos fragmentos de la película “Rain man” (Cuando los hermanos se encuentran). Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=LU1A0sHWYQg
2. Revisa el video “¿Qué sucede dentro de un cerebro con dislexia? Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=3Ib_eZCO26k

3. Revisa el documental “Sd. De Savant. Los sabios tontos” disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=lh-3GSH4xp0

II. Contesta lo siguiente:

1. Reseña lo más importante que hayas identificado después de revisar los fragmentos de la película y de los documentales recomendados.

____
____
____
____
____
____

2. Además de lo revisado en estos videos, ¿Conoces otras formas de ser, de actuar, de pensar, de relacionarse, de aprender?; menciona ¿cuáles?

____
____
____
____
____

3. ¿Por qué es importante reconocer estas otras formas de ser y de procesar la información? ¿qué relevancia tendrá para nuestro contexto escolar, personal o familiar?

____
____
____
____

La revisión de los documentales permitirá visualizar los procesos de forma más integrada. Por tanto, te pedimos que los examines con cuidado para poder fundamentar, más adelante, los temas que apoyan la explicación teórica de lo que has visto.

3.1 Procesos de interacción

Los procesos de interacción se denominan de esta forma porque involucran la forma en cómo el individuo se apropia de su medio, cómo le da sentido, lo configura, lo interpreta, lo almacena, lo rememora y reelabora para otorgarle un significado, y reconstruir los elementos de la experiencia para otorgar un nuevo sentido a la vivencia.



Imagen 3.2. Hombre pensando (Kiosea39, 2016)

A través de los procesos psicológicos, tales como atención, percepción, aprendizaje y memoria, el individuo interactúa con el entorno y consigo mismo. Su estudio es muy importante porque permite adquirir una visión acerca de la relación del sujeto con

el medio. Por tanto, su comprensión permitirá valorar la unicidad del sujeto en cuanto a la apropiación del entorno.

Ahora bien, ante la cantidad extraordinaria de estímulos que hay en el medio ¿cómo seleccionamos la información que será atendida?, ¿cómo la procesamos?, ¿cómo la elaboramos? y ¿cómo la aprendemos? Para dar respuesta a estas interrogantes, es necesario estudiar el proceso atencional. La revisión de este proceso permite comprender cómo funciona la selección del estímulo, cuáles son los factores que determinan su elección y por cuánto tiempo lo podemos atender.

Para el estudio de los procesos de interacción, se propone una serie de actividades que, en la medida que se desarrollen, dará lugar a la comprensión sobre su funcionamiento, además de las herramientas que se generan para propiciar la adaptación del individuo al entorno.

La atención ha tenido diversas acepciones, independientemente de cuál se considere, lo importante es que este proceso permite la actividad mental, en tanto que responde al estímulo adecuado, según las propias características del estímulo, de acuerdo con el entorno y con las circunstancias del individuo.

Actividad 3

I. Revisa el video "[NatGeo] Juegos Mentales 1. Presta Atención" en https://www.dailymotion.com/video/xliups

II. Después de ver el video, contesta lo siguiente:

1. ¿Qué es la atención y cómo la definen en el video?

____
____
____
____
____
____

2. ¿Cómo se controla la atención?

____
____
____
____
____
____
____

3. ¿Nos concentramos en una cosa a la vez o podemos atender varias actividades? Argumenta tu respuesta.

____
____
____

4. ¿Somos procesadores seriales? ¿Por qué?

____
____
____
____
____
____

5. ¿A qué se le denomina ceguera al cambio? Proporciona un ejemplo.

____
____
____
____
____
____

6. Ejemplifica el procesamiento de información descendente “top-down” y ascendente “bottom-up”.

____
____
____
____
____
____
____

7. Ejemplifica el efecto stroop y menciona en qué consiste.

____
____
____
____

Considerando el video antes revisado, te darás cuenta de que cada persona se apropia de la información dependiendo de las características del estímulo y de la situación en la cual se focaliza la atención. Otros elementos están vinculados con las características del propio individuo involucrado en las diversas situaciones.

Actividad 4

I. Realiza la una búsqueda de información relacionada con el tema de "Atención", sugerimos que indagues en los libros de referencia básica, tales como:

- Alonso García, J. (1997). Psicología, Bachillerato. Madrid: McGraw Hill.
- Coon, D. y Mitterer, J.O. (2016). Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta. 13ª. Ed., México: Cengage Learning.
- Morris, Ch. y Maisto, A. (2013). Introducción a la psicología. 13a. Edición. México: Pearson.
- Papalia, D. (2012). Psicología. México: McGraw-Hill.

II. Desarrolla lo siguiente:

1. Localiza dos conceptos sobre "Atención" y escríbelos a continuación:

____
____
____
____
____
____
____

2. Explica si existe algún límite para atender los estímulos del medio o ¿los podemos atender todos y al mismo tiempo? Proporciona un ejemplo que clarifique tu respuesta:

____
____
____
____
____
____
____

3. Menciona ¿cuáles son los factores generales e individuales que influyen en la atención? Proporciona un ejemplo de cada uno.

____
____
____
____
____
____

4. Explica la Teoría del *arousal* de la atención sostenida y proporciona un ejemplo de su funcionamiento en una actividad escolar.

____
____

5. Ejemplifica la atención selectiva en el contexto escolar y con las relaciones de amistad o noviazgo.

6. Menciona las alteraciones de la atención y explica algunas de sus posibles causas.

Considerando el material que leíste, la atención es un proceso cognitivo que no actúa solo, trabaja con otros sistemas para controlar y orientar la actividad consciente del organismo de acuerdo con un objetivo determinado (Tudela, 1992, p.59).

a) Percepción: proceso, organización, perceptual e influencia social sobre este fenómeno



Imagen 3.3. Del ojo al cerebro. (S/A, 2017)

La percepción involucra la apropiación de una parte de esa realidad en la que estamos inmersos, que día a día interpretamos a través de las vivencias

personales, al interactuar con los demás y al estar atentos a lo que necesitamos, pensamos, queremos o deseamos. No percibimos el mundo tal como es, lo construimos según las propias experiencias, expectativas, conocimientos, además de los filtros atencionales que permean el medio y según las características de los sentidos (Alonso, J. I. 2012, p. 86).

En otras palabras, la percepción es un proceso que permite interpretar la información que se recibe a través de los sentidos, se reconstruye la información, dando lugar a una interpretación con significado propio.

Para que tenga lugar la percepción, cada sentido cuenta con un receptor que es sensible a una fuente específica de energía, de tal manera que detectan la información para, posteriormente, transducir o convertir la energía del estímulo en mensajes nerviosos. Estos impulsos trasmiten la información codificada hacia diferentes zonas del cerebro. De esta manera, el cerebro organiza y procesa la información en forma de experiencias conscientes, dando lugar a un nuevo significado e interpretación del medio.

Actividad 5

I. Lee el cuento sufí "Un elefante en la obscuridad". Disponible en: https://ellamentonovieneacuento.com/2013/06/30/un-elefante-en-la-oscuridad-cuento-sufi/

> "Dícese de una vez en que el sultán, deseoso siempre por ilustrar a su pueblo, mandó traer un elefante de la India, y para que el pánico no se apoderara de aquellas gentes que nunca habían visto un animal más grande que un caballo, mandó encerrarlo en un establo y envió, como primera providencia, a los cinco hombres más sabios de la ciudad a que lo examinaran, y seguidamente explicaran al pueblo lo que habían visto, para que fueran acostumbrándose a aquel fenómeno.
>
> Los sabios fueron al establo a cumplir con el mandato del sultán. Era de noche y el lugar estaba a oscuras, y no tomaron la precaución de llevar lámparas con ellos. De modo que decidieron conocerlo por medio del tacto.
>
> Cada uno de ellos, con las prisas por ser el primero en lanzar sus doctas explicaciones a la gente, palpó una parte distinta del elefante y una vez que creyó saber de qué se trataba aquél fenómeno salió rápidamente a explicarlo.
> – Ese animal es como una manguera –dijo aquel que tocó la trompa.
> – No, no es así –replicó el que había tocado una oreja-. Es más bien como abanico.
> – Ambos están locos –intervino el que sintió el lomo del elefante-. Eso es como un trono.
> – Los tres están mintiendo –espetó el que había tocado una de las patas-. La única verdad es que ese animal es como una columna.
> – ¡Qué equivocados están todos ustedes! – Vociferó el que tanteó uno de los colmillos–. Eso era duro y afilado como una lanza.
> – Que absurdo –expresó el que palpó la cola–. Esa cosa es sólo como una cuerda parecida a una serpiente con un plumero al final para espantar moscas.

> Y así comenzó una discusión acalorada entre ellos, porque todos afirmaban ser poseedores de la verdad y acusaban a los demás de locos o mentirosos. Y cada uno decidió darle un nombre distinto al elefante". (Rumi, 2016, p 30)

II. Después de la lectura, contesta lo siguiente:

1. Emite un comentario sobre lo que el cuento enseña, ¿por qué no se ponen de acuerdo los sabios al realizar su descripción?, ¿somos poseedores de toda la información del medio?, ¿qué nos falta para apropiarnos de todo?

____
____
____
____
____
____
____
____

2. Comenta las siguientes frases y relaciona tu comentario con lo sucedido en el cuento sufí:
   a) "Cada quien habla como le va en la feria".
   b) "La vida es según el color del cristal con que se mira".
   c) "No hay una sola realidad, sino tantas realidades como personas hay en el mundo".

____
____
____
____
____
____
____
____

3. Considerando lo anterior, menciona de forma breve cómo podemos conciliar la diversidad de ideas y opiniones

____
____
____
____
____
____
____
____
____
____

Actividad 6

I. Realiza la lectura del Capítulo 4. Sensación y percepción, del libro de Coon, D. (2016). Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta. México: Cengage learning, pp. 126-158.

II. Contesta lo siguiente:

1. Ejemplifica el proceso de la percepción.

____
____
____
____
____

2. ¿Cuáles son los principios de organización perceptual? Proporciona un ejemplo de su manifestación en la vida cotidiana.

____
____
____
____
____
____
____
____
____
____

3. Describe los factores que influyen en la percepción.

____
____
____
____
____
____

III. Revisa los siguientes videos:

- El experimento de Asch (influencia social). Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=tAivP2xzrng
- Ellen Langer. El poder de la influencia social en la percepción. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=pBCqyD7imfI
- Influencia social. Experimento psicología social. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&v=aaAqNXsW9A4

IV. Contesta lo siguiente:

1. Explica de manera breve, la influencia social de la percepción.

____
____
____
____

2. ¿Cómo explicas el poder de influencia del entorno en la toma de decisiones? Menciona los riesgos de esta influencia

____
____
____

3. Proporciona un ejemplo en el que hayas dado cuenta de la influencia social en la percepción del entorno o de los individuos. Describe si esa influencia fue favorable o desfavorable y explica por qué.

____
____
____
____
____
____

Para continuar abordando esta unidad, es importante que no olvides lo siguiente: los procesos no funcionan de manera aislada, sino, de manera integrada, de tal forma que, al percibir, entran en juego procesos atencionales, los órganos de los sentidos, la percepción, la memoria, aprendizajes previos, motivaciones, afectos, expectativas, contexto social y cultural, creencias, formas de organizar la información e incluso la personalidad de quien está percibiendo.

b) Aprendizaje: función adaptativa; enfoques; tipos; alteraciones



Imagen 3.4 En familia, (Ropra, M. 2017)

¿Qué es aprender?, ¿cómo aprendemos?, ¿cuántas formas de aprender existen?, ¿todos tenemos la posibilidad de aprender? Existen diversas explicaciones sobre cómo se aprende, algunos teóricos mencionan que es por

asociación, otros que es mediante procesamiento, por acomodación y ajuste de las estructuras cognitivas.

Independientemente de la explicación sobre cómo se produce el aprendizaje es importante comprender que sucede todos los días, de forma continua y permanente, aunque no siempre estamos conscientes de ello, ya que, con frecuencia, asociamos aprendizaje con situaciones académicas y poco lo relacionamos con la vida cotidiana.

Actividad 7

I. Busca diferentes formas de definir el aprendizaje y localiza semejanzas y diferencias. Puedes consultar los siguientes libros:

- Alonso, J.I. (2012). Psicología. 2ª. Ed., China: McGraw-Hill,
- Coon, D. y Mitterer, J.O. (2016). Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta. 13ª. Ed., México: Cengage Learning,
- Morris, Ch. y Maisto, A. (2013). Introducción a la psicología. 13a. Ed., México: Pearson,
- Papalia, D. (2012). Psicología. México: McGraw-Hill.

Específicamente consulta el capítulo de aprendizaje para que identifiques la definición del término. Posteriormente, completa la siguiente tabla:

Compara	Concepto de aprendizaje			
	Libro 1	**Libro 2**	**Libro 3**	**Libro 4**
Semejanzas				
Diferencias				

2. Considerando lo anterior, te darás cuenta de que existen diferentes formas de conceptualizar el término “Aprendizaje”, cada autor, dependiendo de su interés, orienta su concepto dando énfasis en ciertos aspectos, por lo que se estudian aspectos diferenciados del proceso del aprendizaje. Elabora una definición que incluya la mayor cantidad de los elementos que revisaste.

____
____
____
____
____

II. Realiza la lectura del Capítulo 7. Condicionamiento y aprendizaje, del libro de Coon, D. (2016). Introducción a la psicología: el acceso a la mente y la conducta. México: Cengage learning, pp. 205-234.

III. Después de la lectura contesta lo siguiente:

1. Explica brevemente ¿cuál es la función adaptativa del aprendizaje?

____
____
____
____
____

2. Proporciona un ejemplo de aprendizaje como ejecución o actuación y explícalo.

____
____
____
____
____

3. Explica el aprendizaje asociativo y proporciona un ejemplo.

____
____
____
____
____
____
____
____
____

4. ¿Cómo participa el condicionamiento clásico en la manifestación de algunas respuestas emocionales? Proporciona un ejemplo.

____
____
____
____

5. Explica el aprendizaje vicario y proporciona un ejemplo.

6. Elabora un mapa mental con el siguiente tema: ¿Cómo aprendo en la escuela? Desarrolla el mapa atendiendo tu forma de aprender (qué haces para aprender, por qué, cuál es la modalidad qué más utilizas, por qué, proporciona ejemplos que completen el mapa). Puedes consultar la siguiente liga para que revises cómo se elabora un mapa mental https://www.lucidchart.com/pages/es/que-es-un-mapa-mental

7. Explica de forma breve cómo diseñaste el mapa mental (conceptos incluidos, categorías, ejemplos). Si estás trabajando en equipo, comparte y compara el mapa que elaboraste con el que elaboraron tus compañeros y comenta las diferencias y semejanzas.

Considerando lo anterior, te darás cuenta de que cada persona aprende de manera diferente, todos tenemos diversas áreas de oportunidad, lo que a uno se le facilita a otro se le dificulta, y viceversa. Lo importante es admitir esas diferencias, nuestra tarea es trabajar en ellas para potenciar el aprendizaje. Además, también existen factores que favorecen el aprendizaje y otros que lo

obstaculizan; asimismo, también hay alteraciones del aprendizaje que son importantes de conocer para identificar su posible incidencia en el entorno.

Actividad 8

I. Lee la sección de “Condiciones ambientales que facilitan el aprendizaje” y “Factores personales que influyen en el aprendizaje” en el libro de Zepeda, F. (1997). Introducción a la psicología una visión científico-humanística. México: Alhambra Mexicana, pp.203-206.

II. Después de la lectura, elabora un cuadro sinóptico que incluya las condiciones ambientales y los factores personales que influyen en el aprendizaje. Ejemplifica y busca otros factores que puedan estar inmersos, tanto para favorecer como para obstaculizar el aprendizaje. Si estás trabajando en equipo, presenta tu cuadro, observa lo que otros han elaborado y complementa el tuyo.

Condiciones ambientales	Ejemplos	Factores personales	Ejemplos

Actividad 9

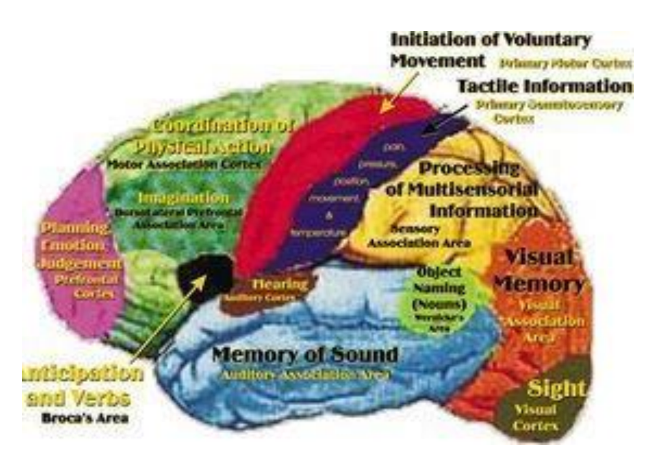
I. Para identificar algunas alteraciones de aprendizaje, realiza una búsqueda de información en las siguientes ligas:

- Dislexia y trastornos del aprendizaje ¿Qué son y cómo ayudar a los niños? Disponible en https://www.youtube.com/watch?v=Pmbp80t4flY
- Serie Monográfica: Trastornos del aprendizaje. Disponible en: https://www.sccalp.org/documents/0000/1526/BolPediatr2010_50_043-047.pdf
- Los trastornos del aprendizaje. Disponible en: http://www.centrelondres94.com/files/trastornos_del_aprendizaje.pdf

II. Posteriormente, elabora una presentación power point que incluya lo más relevante de las alteraciones del aprendizaje, menciona:

a. Cuáles son las posibles causas y consecuencias de una alteración o trastorno del aprendizaje.
b. Por qué es importante conocer estos trastornos,
c. Qué alternativas hay para favorecer que las personas que presentan estos trastornos puedan incorporarse a las actividades escolares, laborales y cotidianas sin sufrir discriminación.
d. Elabora una breve conclusión del tema.
e. Incluye en tu presentación las referencias consultadas.
f. Si estás trabajando en equipo o en grupo presenta tu trabajo y escucha otras alternativas para prevenir la discriminación en el ámbito escolar.

c) Memoria: modelo multialmacén; modelo ejecutivo; recuerdo y olvido; alteraciones de la memoria



3.5. Brain maps. (Cardoso, S, S/f)

La memoria permite codificar, organizar y almacenar la información que se adquiere previamente (aprendizaje). A través de los sentidos se recibe una gran cantidad de datos que hay en el ambiente y se selecciona aquello que es relevante para el organismo. En otras palabras, el proceso atencional (atención) permite seleccionar la información que se procesa, posteriormente.

La información entra a la memoria de corto plazo, se guarda durante un breve tiempo. La memoria de largo plazo es más o menos permanente, almcenando datos de sucesos, experiencias, prácticamente todo lo relacionado con la información necesaria para la vida.

A lo largo del procesamiento de información existen algunos factores y alteraciones que pueden alterar su almacenamiento, por tanto, su recuperación puede resultar afectada, pudiendo olvidar detalles o prácticamente todo lo acontecido. Es importante, el estudio de la memoria, ya que permite comprender su importancia en la vida cotidiana y, por supuesto, reconocer las posibles alteraciones que pueden afectar la codificación, almacenamiento, recuperación y consolidación de la información. Para comenzar su estudio, se proponen las siguientes actividades:

Actividad 10

I. Revisa los tres videos “La memoria” Parte 1. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=7HhUxudhIHY; Segunda parte. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=bjTdkOrX5Cw&list=PL4Pi6-CJzi4qDl1zP4Nzq-17M9sGcHIpG&index=14; Tercera parte. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=nw4WSILUDqw&list=PL4Pi6-CJzi4qDl1zP4Nzq-17M9sGcHIpG&index=15;

II. Contesta lo siguiente:

1. ¿Cuál es la importancia de la memoria?

____
____
____
____

2. ¿Cómo es el proceso de la memoria?

____
____
____
____
____

3. ¿Por qué se dice que la memoria es un multialmacén?

____
____
____
____
____

4. ¿Qué función desempeña el hipocampo en la memoria?

____
____
____
____
____

5. ¿Cuál es el problema de Jeremy?, ¿qué tipo de alteración de memoria presenta?

____
____
____
____
____

6. ¿Cómo se almacenan y recuperan los recuerdos?

____
____
____

7. En el caso de las habilidades ¿cómo se almacenan?

____
____
____
____

8. ¿Cómo participan las emociones en la memoria?

____
____
____
____
____

9. ¿Cómo se da el proceso del olvido?

____
____
____
____
____
____

10. ¿Qué ocurre en la memoria con la enfermedad de Alzheimer?

____
____
____
____
____
____

11. ¿Qué acciones favorecen la memoria? Elabora una propuesta para mejorar la memoria

____
____
____
____

La memoria es un sistema activo que recibe, almacena, organiza, llena vacíos o huecos de información (altera y/o complementa), y recupera la información. Diariamente se recibe una gran cantidad de datos, no toda es atendida, no toda se almacena, algo de esa información solo se usa para resolver lo inmediato y se desecha. También hay información que permanece toda la vida, aunque no es una copia fidedigna de lo ocurrido, sí contiene información que permite al individuo reconocerse como tal, su identidad, su nombre, sus intereses, su dirección, sus amigos, fracasos, una fiesta de cumpleaños de la infancia, su primer regaño escolar, entre otros. Es necesario amaestrar a la memoria, al realizar acciones en el día a día se podrá logra, el tener una buena alimentación, el ejercicio físico, leer treinta minutos diariamente, asociar estímulos como, el tema de una asignatura a un color o a una canción, escribir en un diario, entre muchas otras cosas.

Actividad 11

I. Lee el *Capítulo 7. Memoria*, del libro de Coon, D. y Mitterer, J.O. (2016). Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta. 13ª. Ed., México: Cengage Learning; pp. 242-268.

II. Contesta lo siguiente:

1. Atkinson-Schiffrin proponen un Modelo de memoria, ¿en qué consiste? Elabora un ejemplo para explicarlo.

2. ¿Cuál es la relación que existe entre memoria de corto plazo y largo plazo?

____

____

____

____

____

3. Elabora ejemplos de los diferentes tipos de memoria de largo plazo. (Memoria intrínseca y extrínseca; procedimental, emocional, semántica y episódica)

4. Ejemplifica la diferencia entre recordar y reconocer. ¿Cuál representa mayor complejidad y por qué?

5. Elabora una propuesta para mejorar tu memoria en alguna de las asignaturas que represente para ti mayor reto. Explica por qué usarías la estrategia y cómo la implementarías.

6. Completa la siguiente tabla relacionada con algunos problemas de la memoria:

Fallas en la memoria	Elabora un ejemplo	Estrategias para mejorar
Codificación		
Almacenamiento		
Recuperación		
Consolidación		

La memoria está presente en todas nuestras acciones, incluso mientras dormimos. Los recuerdos afloran y nos estremecen cuando se asocian con un evento desagradable. Cuando perdemos información, cuando olvidamos algo, sentimos enojo o impotencia por no recordar aquello que era importante para cumplir con alguna actividad.

Por ello, como se leyó a lo largo de las actividades, la memoria al funcionar como un multialmacén, requiere de orden, de organización y de trabajo sistematizado, ya que este orden permitirá codificar la información de forma efectiva y se contará con mayor posibilidad de recuperarla en el momento necesario

3.2. Procesos de regulación



Imagen 3.6. Escalera al éxito (S/A, 2019)

La motivación y la emoción son procesos que matizan, modulan y permean nuestras acciones, son procesos que direccionan y mantienen la manifestación de una conducta. Ambos están relacionados con la función y adaptación del individuo en el entorno, por tanto, están presentes en todo momento, sólo que no siempre nos percatamos de su manifestación.

a) Motivación: instintos y motivos primarios; motivos sociales; clasificaciones de los motivos humanos

La motivación es un proceso que, generalmente se usa para describir la fuerza o la energía que actúa sobre un organismo para iniciar, sostener y dirigir una conducta hasta alcanzar una meta. Estas fuerzas favorecen un a ejecución de conductas que están destinadas a modificar o mantener el curso de la vida, mediante la obtención de objetivos que incrementan la probabilidad de supervivencia, a nivel biológico, a nivel psicológico y a nivel social (Palmero cantero, F. 2004, p. 88).

La motivación, en tanto como proceso, implica movilidad y variabilidad, cuando es algo momentáneo nos referimos a un estado motivacional, que cambia de un momento a otro, pero cuando hay una predisposición a la acción, se refiere a rasgo motivacional (Palmero Cantero, F. Op. Cit. P. 188). Aunque la motivación es algo interno, se pueden encontrar elementos externos que influyen en la orientación de una acción, con la finalidad de obtener una recompensa.

Hay diversos autores y diversas concepciones de la motivación, que serán revisadas en la medida de lo posible para abarcar lo más relevante de este proceso.

Actividad 12

I. Realiza una búsqueda de información de conceptos del tema de motivación y completa la tabla que se coloca a continuación. Específicamente, ubica los capítulos de Motivación y Emoción, se recomienda la revisión de los siguientes autores:

- Alonso, J.I. (2012). Psicología. 2ª. Ed., China: McGraw-Hill,
- Coon, D. y Mitterer, J.O. (2016). Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta. 13ª. Ed., México: Cengage Learning,
- Morris, Ch. y Maisto, A. (2013). Introducción a la psicología. 13a. Ed., México: Pearson,
- Papalia, D. (2012). Psicología. México: McGraw-Hill.

II. Completa la siguiente tabla:

Término	Definición
Motivo	
Impulso	
Incentivo	
Instinto	
Necesidad	
Otro ___________ **(agrega un término que hayas identificado y que consideres relevante para este tema)**	

III. Busca información relacionada con la clasificación de los motivos y elabora ejemplos:

Clasificación de los motivos	Ejemplos

IV. ¿Cuáles son las características de una conducta motivada? Elabora un ejemplo de una actividad escolar que denote su manifestación.

____
____
____
____
____

V. ¿En qué consiste la motivación intrínseca y la motivación extrínseca? Elabora un ejemplo para identificar su diferencia.

____
____
____
____
____

Actividad 13

I. Lee sobre la jerarquía de motivación de Maslow en el libro de Morris, Ch. (2001). Psicología. Décima edición. México: Pearson Educación, p.366-367

II. Explica la jerarquía de Maslow y elabora un ejemplo en donde expliquen todos los niveles que propone.

Actividad 14

I. Revisa la película “Cielo de octubre” Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=8HWof8fJLBE

II. Contesta lo siguiente:

1. ¿Cuáles son los intereses de los estudiantes que integran el equipo de Homer?

____
____
____
____
____

2. Describe una escena en la que se aprecie la conducta motivada de Homer.

____
____
____
____

3. Menciona algunas escenas en las que se manifiesten cambios en los motivos sociales y psicológicos. Considera la familia de Homer, los profesores y a Homer.

____
____
____
____
____
____
____
____
____

4. Menciona algunas acciones que realiza Homer para regular su conducta motivada y monitorear sus acciones.

____
____
____
____
____

5. Ejemplifica la jerarquía motivacional de Maslow considerando a alguno de los personajes de la película.

____
____
____
____
____

6. Considerando la temática de la película, narra alguna situación en tu vida escolar en la que hayas aprendido un tema de gran dificultad para ti. Describe la experiencia y menciona tus triunfos; además, señala quién te acompañó y ayudó a lo largo del proceso (familia, amigos(as), novios(as), profesores).

___

___

___

___

___

"El aprendizaje es diverso. Algunas cosas que aprendemos parecen que las absorbemos por los poros, requieren poca planificación y deliberación consciente. Otras clases de aprendizaje están muy organizadas y estructuradas. Algunas nos exigen pensar mucho, otras nada en absoluto. Algunas se producen en el instante, otras requieren años para madurar. Algunas se producen sin esfuerzo, otras con mucho trabajo." (Claxton, G., 2001, citado en Alonso, J.I., 2012, p. 58). Todos los días aprendemos algo nuevo, no siempre nos percatamos de ello, sin embargo, los procesos están trabajando continuamente y generando cambios en nosotros, en nuestra forma de ser, de pensar y de actuar.

b) Emoción y su adecuación: desarrollo de las emociones; producción de la emoción; función de las emociones

Actividad 15

I. Lee el tema Emoción del libro de Papalia, D. (2009). *Psicología*. México: Mc Graw-Hill. pp. 311-319.

II. Elabora un mapa conceptual del tema "Emoción", identifica el concepto central y los secundarios, establece las jerarquías entre conceptos, incluye la clasificación de las emociones, sus funciones y algunas teorías.

III. Lee en el libro de Feldman, R, (2012). Psicología para bachillerato. México: Mc Graw Hill, p. 267-273, el tema de las “Raíces de las emociones”. Posteriormente, contesta lo siguiente:

1. ¿Cómo surgen las emociones?

____
____
____
____
____
____

2. Los pensamientos, ideas, acciones y palabras ¿pueden activar una emoción? Explica y fundamenta tu respuesta.

____
____
____
____
____
____

3. ¿Qué relación existe entre el comportamiento no verbal y la manifestación de las emociones?

____
____
____
____
____
____

4. Describe una de las emociones que con frecuencia experimentas cuando algo planeado no se concreta, como cuando alguien te hace esperar mucho tiempo o cuando esperas un permiso para salir a una fiesta y tus padres no te lo autorizan. ¿Cómo te sientes?, ¿qué sientes?, ¿cómo lo expresas?, ¿qué haces?, ¿cuánto dura esa emoción?

____
____
____
____
____
____
____
____
____
____
____
____

5. Investiga la definición de los siguientes conceptos y elabora un ejemplo de cada uno. Puedes consultar los libros de consulta que están al final de la unidad, el diccionario de la Real Academia Española http://www.rae.es/, en la Real Academia Mexicana https://www.academia.org.mx/, o algunos textos en línea.

Concepto	Definición	Ejemplo
Emoción		
Estado de ánimo		
Sentimiento		

6. Busca alguna nota periodística sobre algún caso de violencia escolar, explícala considerando los aspectos emocionales que has revisado e incluye lo que investigaste de la motivación (factores que inciden, frustración) para explicar ¿por qué se presenta la violencia?, ¿qué ocurre para que se manifieste? Elabora algunas posibles explicaciones sobre su manifestación.

7. Elabora sugerencias para prevenir actos de violencia escolar. Considera lo que has leídos sobre el tema de motivación y emoción.

8. En el libro de Alonso, J. I. (2002). Psicología. España: Mc Graw Hill, pp. 240-242, revisa la clasificación de las emociones y señala a qué le llama el autor emociones primarias y complejas. Ejemplificalo.

9. Considerando el texto que revisaste anteriormente, completa la siguiente tabla:

Dimensiones de la emoción	En qué consiste	Ejemplo
Fisiológica		
Estados afectivo-subjetivos		
Expresiva		
Funcional		

De acuerdo con lo que has leído y realizado hasta este momento, es importante recuperar lo siguiente:

- la motivación como la emoción tiene una función adaptativa, que regula, matiza y permea todas las acciones que realiza el individuo.
- Las emociones influyen en la forma en cómo se percibe el mundo.
- Las emociones se generan como respuesta a lo que sucede en el individuo y el contexto en el cual se desarrolla.
- Las emociones se pueden regular, controlar y manipular, de ahí la importancia de identificarlas de forma adecuada y propositiva.
- Algunas manifestaciones emocionales son drásticas en su expresión, sin embargo, hay otras que pueden pasar inadvertidas.

3.3. Procesos productivos

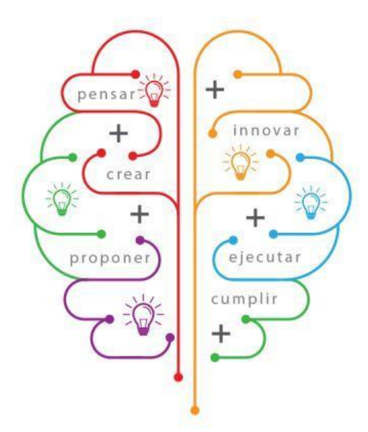


Imagen 3.7. Cognición (Lara, M. 2016)

Los procesos psicológicos que se denominan productivos se estudian desde su construcción y funcionamiento, es importante el papel que desempeñan como herramientas de adaptación e interacción con el ambiente. Para su estudio es relevante comprender los contenidos del pensamiento, las operaciones, solución de problemas, desarrollo de habilidades del pensamiento, entre otras operaciones cognitivas.

a) Pensamiento: contenidos del pensamiento, operaciones del pensamiento, solución de problemas, desarrollo de habilidades de pensamiento

En 1972 Forgus (García, 2016) mencionó que existen tres subconjuntos del proceso cognoscitivo; la percepción (comprende la atención), el aprendizaje (comprende la memoria) y el pensamiento (comprende el lenguaje, la formación de conceptos, el razonamiento y la solución de problemas), mismos que presentan como ya se ha mencionado con anterioridad una estrecha relación entre sí y pueden verse afectados unos a otros.

Actividad 16

I. Realiza la lectura de la Unidad 5. Pensamiento, inteligencia y lenguaje, del libro de Alonso, G. (2007). Psicología. Segunda edición. Ed., Mc Graw Hill; pp.175-180

II. Contesta lo siguiente:

1. ¿Qué es pensamiento?

2. Describe cómo es el proceso del pensamiento

3. Menciona cuáles son las unidades del pensamiento y proporciona un ejemplo de cada una.

El pensamiento es un proceso de investigación constante que se activa cuando surge la necesidad de explicarnos y comprender nuestra realidad, aunque también es un deseo propio de crear. Si la necesidad no se presenta, no tendríamos el deseo de crear, por lo tanto; el pensamiento estaría apagado.
Es por ello por lo que el ser humano tiene la capacidad de desarrollar habilidades del pensamiento, mismas que nos permiten actuar ante nuevas situaciones.

5. Describe las habilidades del pensamiento y ejemplifica.

Actividad 17

I. Realiza la lectura del artículo “Los 9 tipos de pensamiento y sus características”. Disponible en: https://psicologiaymente.com/inteligencia/tipos-pensamiento

II. Elabora un mapa conceptual sobre los tipos de pensamiento.

Una de las aplicaciones más importantes del pensamiento, es la solución de problemas, mismos que son situaciones de la vida que requieren como respuestas, conductas nuevas; puesto que algo que ya sabemos hacer, no representa para nosotros un problema, solo se consideran como tal, cuando las conductas que tenemos son insuficientes para encontrar una solución adecuada.

Actividad 18

I. Realiza la lectura sobre toma de decisiones y solución de problemas del libro de Alonso, G. (2007). Psicología. Segunda edición. Ed., Mc Graw Hill; pp.186-189.

II. Contesta lo siguiente:

1. ¿A qué se refiere la toma de decisiones?

____
____
____
____

2. Realiza un diagrama de flujo sobre el proceso de toma de decisiones

3. De acuerdo con Daniel Wheeler e Irving Janis, ¿cuáles son los pasos para tomar decisiones? Elabora un diagrama en el siguiente recuadro.

4. ¿Qué es la solución de problemas?

___

5. Describe cada una de las fases en la solución de problemas

___

6. ¿Cuáles son las etapas para la solución de problemas, propuestas por John Bransford y Barry Stein?

___

Resolver problemas requiere confianza, valentía, humildad y disciplina, ya que como has revisado con anterioridad, se trata de seguir pasos para lograr una meta, cumplir un objetivo o un plan.

7. Menciona el procedimiento plasmado por Larry Wood, para la solución de problemas.

___

8. Identifica y describe brevemente algún problema en el que te encuentres, puede ser académico, personal y/o laboral.

   8.1. Descríbelo brevemente

___

   8.2. Selecciona alguno de los modelos previamente revisado y elabora la solución de problema

Actividad 19

Resuelve los siguientes acertijos. Aunque este tipo de ejercicio parezca un simple juego, tiene como finalidad agilizar nuestro pensamiento, ya que estamos acostumbrados a la resolución de problemas lineales, aquellos que tienen solo una forma de llegar a la respuesta, aquí encontrarás un sinfín de posibilidades para lograr tu meta. ¿Podrás encontrar una solución y fortalecer tu pensamiento creativo?
Los acertijos fueron recuperados de: http://www.acertijosyenigmas.com

1. El preso prófugo
   Un fugitivo iba caminando por una carretera comercial cuando vio acercarse velozmente un auto de la policía. Aunque la intención del fugado era huir hacia el bosque, echó a correr 10 metros en dirección al vehículo que se acercaba. ¿Hizo esto para mostrar su desdén por las fuerzas del orden, o pudo tener otra razón más poderosa?

____

____

____

____

____

2. La botella y el corcho
   Una botella de vino, taponada con un corcho, está llena hasta la mitad. ¿Qué podemos hacer para beber el vino sin sacar el corcho ni romper la botella?

____

____

____

____

____

3. María tiene un hermano llamado Juan. Juan tiene tantos hermanos como hermanas. María tiene el doble de hermanos que hermanas. ¿Cuántos chicos y chicas hay en la familia?

____

____

____

____

____

4. Cinco patatas y seis niños
   Una madre tiene 6 niños y 5 patatas. ¿Cómo puede distribuir las patatas uniformemente entre los 6 niños? (valores enteros)

____

____

____

____

____

5. El coche estacionado
   En una carretera recta, un coche estacionado apunta hacia el oeste. Usted sube y comienza a conducir. Después de andar un rato, descubre que se encuentra a 1km al este del punto de partida. ¿Cómo puede ser?

____
____
____
____
____

b) Lenguaje: desarrollo del lenguaje; comunicación asertiva; problemas del lenguaje

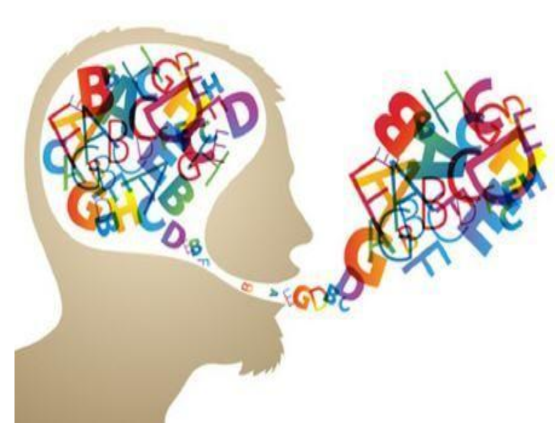


Imagen 3.7. Pensamiento y lenguaje (Gil, 2016)

El lenguaje es uno de los logros cognoscitivos más importantes de los seres humanos, ya que permite comunicarnos con los otros; debido a que una de sus principales características, es el representar algo mediante signos y símbolos, es decir con una palabra podemos referirnos a un objeto, una persona, idea y casi todo aquello que el ser humano pueda pensar, siendo el vehículo para externar nuestro pensamiento. Se consideró por mucho tiempo que el lenguaje y el pensamiento eran propios de los seres humanos, sin embargo, se ha demostrado que la mayor parte de los animales se comunican entre sí mediante un conjunto de códigos y señales (Benveniste, E. 1997, p. 57)

Revisemos a continuación cómo se ha conseguido este logro cognoscitivo.

Actividad 20

I. Realiza la lectura de la Unidad cinco. Cognición, lenguaje e inteligencia del libro de Lahey, B. (2007). Introducción a la Psicología. Novena edición. Ed., México: Mc Graw-Hill. pp. 247-252

II. Contesta lo siguiente:

1.¿Qué es el lenguaje?

____
____
____
____
____

2. Describe ¿cómo es el proceso del lenguaje?

____
____
____
____
____

3. ¿A qué se refiere la hipótesis de Whorf?

____
____
____
____
____

4. Menciona las diferencias entre el lenguaje humano y animal.

____
____
____
____
____

Actividad 21

I. Realiza la lectura del artículo “Las 4 etapas del desarrollo del lenguaje”. Disponible en: https://psicologiaymente.com/desarrollo/etapas-desarrollo-lenguaje

II. Realiza un cuadro sinóptico de la lectura

Actividad 22

I. Realiza la lectura del artículo “La teoría del desarrollo del lenguaje de Noam Chomsky” Disponible en: https://psicologiaymente.com/desarrollo/teoria-desarrollo-lenguaje-noam-chomsky

II. Realiza un mapa mental sobre el artículo

III. Contesta lo siguiente con base en el artículo:

1. ¿Cuál es la visión de Noam Chomsky sobre el desarrollo del lenguaje?

____
____
____
____
____

2. Explica con tus palabras qué es la gramática universal

____
____
____
____

3. Menciona la diferencia que expone Noam Chomsky sobre la adquisición del lenguaje entre niños y adultos.

4. Explica a qué se refiere la “alerta lingüística”.

Actividad 23

I. Lee el artículo “Los 14 tipos de trastornos del lenguaje”. Disponible en: https://psicologiaymente.com/clinica/tipos-trastornos-del-lenguaje

II. Responde lo siguiente:

1. ¿Qué es un trastorno de lenguaje?

2. Elabora un mapa mental sobre los trastornos del lenguaje

Actividad 24

I. Consulta el siguiente artículo “En qué consiste la comunicación asertiva”. Disponible en: https://www.psicoactiva.com/blog/consiste-la-comunicacion-asertiva/

II. Contesta lo siguiente:

1. ¿Qué es la comunicación asertiva?

____
____
____
____

2. ¿Cómo se define asertividad?

____
____
____
____

3. Realiza un cuadro sinóptico del proceso de la comunicación asertiva

4. Explica la finalidad de una comunicación asertiva

____
____
____
____
____

5. Relata alguna interacción cotidiana donde hayas ejercido la comunicación asertiva.

6. Realiza una propuesta para aumentar el uso de la comunicación asertiva entre los adolescentes.

Actividad 25

I. Revisa el video de técnicas para expresarse de forma asertiva. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=h23JyjR2Bho

II. Contesta lo siguiente:

1. Menciona las finalidades de tener una comunicación asertiva.

2. Ejemplifica cada una de las técnicas asertivas

Técnica asertiva	Ejemplo
Disco rayado	
Asertividad positiva	
Asertividad negativa	

Aplazamiento asertivo	
La pregunta asertiva	
Asertividad confrontativa	
Enunciados en primera persona	
Banco de niebla	
Interrogación negativa	

3. Menciona cuales son las habilidades que se desarrollan a través de las estrategias sociales:

____
____
____
____
____
____

c) Inteligencia como producto del pensamiento y el lenguaje: función adaptativa, función social de la medición de la inteligencia, modelos de inteligencia



Imagen 3.8. Mindmap, lluvia de ideas, innovación, imaginación. (Versalainen, 2017)

María es muy inteligente, no se le dificulta la escuela, Juan es excelente en matemáticas, bueno…David también es muy inteligente, en Química va muy

bien, pero Daniela también es muy buena en Biología, comentarios que hacían compañeros de ellos en la cafetería mientras esperaban la hora de clase.

Todos nos hacemos la misma pregunta, ¿qué es la inteligencia?, ¿porque hay gente más inteligente que otra?, la mayoría de la gente tiene la idea que Inteligencia significa ser “brillante”, descubramos en las siguientes actividades a que se refiere la INTELIGENCIA.

Actividad 26

I. Realiza la lectura del siguiente artículo “El concepto de Inteligencia, qué es y cómo ha evolucionado”. Disponible en: https://www.psicoactiva.com/blog/concepto-inteligencia-ha-evolucionado/

II. Con la lectura del artículo responde a lo siguiente:

1. Define la inteligencia.

____
____
____
____

2. Realiza una línea del tiempo sobre el estudio de la inteligencia.

3. Realiza un mapa mental sobre el Modelo de las Inteligencias múltiples.

4. ¿Qué es la Inteligencia emocional?

5. Realiza un mapa mental sobre el modelo de inteligencia emocional

Actividad 27

I. Revisa el siguiente material "Tipos de test de inteligencia". Disponible en: https://psicologiaymente.com/inteligencia/tipos-test-de-inteligencia

II. Realiza un cuadro sinóptico sobre los test de inteligencia

Actividad 28

Para hacer el cierre de la unidad, se sugiere que elabores una monografía o una webquest, con alguna de las siguientes temáticas:

- Dislexia. Otra forma de aprender y de ser.
- Los sabios-tontos. ¿Otra forma de inteligencia?
- Autismo y asperger. ¿cómo aprender?
- ¿Fracaso escolar o fracaso educativo?
- Estrategias de apoyo en la expresión y la regulación emocional.

Pide a tu profesor o asesor que te oriente respecto de lo que debe considerarse para realizar este trabajo. O bien, consulta las siguientes páginas para que veas la estructura de una monografía https://www.lifeder.com/elementos-monografia/, y la de una infografía la puedes consultar en http://xn--diseocreativo-lkb.com/wp-content/uploads/2016/05/guia-como-disenar-infografias-Teresa-Alba-MadridNYC.pdf

Glosario

Para continuar familiarizándote con la terminología que se emplea en Psicología y, en particular, en el área de las neurociencias, busca la definición de los siguientes conceptos (esta actividad puede realizarse de manera individual, por equipo o repartirse entre todos los integrantes del grupo). Se considera conveniente emplear los textos de Psicología que se emplean en las referencias bibliográficas de la unidad.

Concepto	Definición
Aprendizaje	
Aprendizaje asociativo	
Aprendizaje vicario	
Asertividad	
Atención	
Atención selectiva	
Castigo	
Comunicación	
Condicionamiento clásico	
Condicionamiento operante	
Conducta motivada	
Conflicto	

Emoción	
Emociones complejas	
Emociones primarias	
Frustración	
Impulso	
Incentivo	
Insight	
Instinto	
Inteligencia	
Inteligencia emocional	
Interferencia proactiva	
Interferencia retroactiva	
Lenguaje	
Memoria	
Memoria de corto plazo	
Memoria de largo plazo	

Memoria episódica	
Memoria semántica	
Motivación	
Necesidad	
Olvido	
Olvido motivado	
Organización perceptual	
Pensamiento	
Percepción	
Persistencia	
Pulsión	
Procesamiento ascendente	
Procesamiento descendente	
Reflejo	
Reforzamiento	
Sensación	

Autoevaluación

1. Aprender a responder a un estímulo e inhibir la respuesta ante todos los demás, se refiere a:
A) Condicionamiento
B) La generalización
C) Discriminada
D) Transferencia

2. Es el tipo de aprendizaje que no se refleja de inmediato en un cambio conductual.
A) El aprendizaje latente
B) Insight
C) El aprendizaje vicario
D) Cognoscitivo

3. La memoria semántica almacena:
A) Material familiar almacenado previamente
B) Almacenamiento de hechos e información general
C) Eventos experimentados personalmente
D) Expresión verbal y recuerdos evocados intencionalmente

4. Son las reglas del lenguaje que determinan cómo pueden combinarse y usarse sonidos y palabras para comunicar significados en un idioma:
A) Fonemas
B) Sintaxis
C) Gramática
D) Morfemas

5. ¿Qué teoría sostiene que los estímulos generan cambios fisiológicos en nuestro cuerpo y las emociones son resultado de esos cambios?
A) Cannon-Bard
B) Cognoscitiva
C) James-Lange
D) Lenguaje corporal

6. Es la capacidad de adquirir, almacenar y recuperar la información
A) Pensamiento
B) Memoria.
C) Aprendizaje
D) Inteligencia

7. Es una unidad básica del pensamiento que se define como una representación mental que posee cualidades icónicas.
A) Conceptos
B) Imágenes
C) Inteligencia
D) Las palabras

8. Este proceso se produce debido a que el estímulo contiene señales engañosas que crean percepciones inexactas o imposibles:
A) Las ilusiones perceptuales
B) Fenómeno Phi
C) Movimiento estroboscópico
D) Movimiento inducido

9. Principio de organización perceptual que dice: “Entre varias organizaciones posibles, percibimos aquella que resulta más simple y estable”
A) Cierre
B) Proximidad
C) Pregnancia o buena figura
D) Semejanza

10. ¿Cuál es la función del lenguaje que se ilustra cuando decimos “para mí la libertad es un derecho”?
A) La función apelativa
B) La función expresiva o emotiva
C) La función referencial
D) La función metalingüística

Referencias bibliográficas

Alonso, J.I. (2012). *Psicología*. 2ª. Ed., China: McGraw-Hill

Coon, D. y Mitterer, J.O. (2016). *Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta.* 13ª. Ed., México: Cengage Learning.

García, G. (2016). *Psicología general*. Quinta reimpresión. Ed., México: Grupo Editorial Patria

Lahey, B. (2007). *Introducción a la Psicología*. Novena edición. México: Mc Graw-Hill.

Morris, Ch. y Maisto, A. (2013). *Introducción a la psicología*. 13a. Edición. México: Pearson.

Papalia, D. (2012). *Psicología*. México: McGraw-Hill.

Zepeda, F. (1997). *Introducción a la psicología una visión científico-humanística*. México: Alhambra Mexicana, pp.203-206.

Otras fuentes de consulta

Castillero, M. (s/f). *"Los 14 tipos de trastornos del lenguaje".* Disponible en: https://psicologiaymente.com/clinica/tipos-trastornos-del-lenguaje

Figueroa, A. (s/f). *"Las 4 etapas del desarrollo del lenguaje".* Disponible en: https://psicologiaymente.com/desarrollo/etapas-desarrollo-lenguaje

García-Allen, J. (s/f). *"Tipo de test de inteligencia".* Disponible en:https://psicologiaymente.com/inteligencia/tipos-test-de-inteligencia

Mendel, A. (s/f). *En qué consiste la comunicación asertiva.* Disponible en:https://www.psicoactiva.com/blog/consiste-la-comunicacion-asertiva/

Psicoactiva Técnicas para expresarse de forma asertiva. Disponible en:https://www.youtube.com/watch?v=h23JyjR2Bho

Regader, B. (s/f). "La teoría del desarrollo del lenguaje de Noam Chomsky" Disponible en: https://psicologiaymente.com/desarrollo/teoria-desarrollo-lenguaje-noam-chomsky

Rodriguez. K. (s/f). *El concepto de Inteligencia, qué es y cómo ha evolucionado.* Disponible en:https://www.psicoactiva.com/blog/concepto-inteligencia-ha-evolucionado

Recursos audiovisuales

Discovery Channel. (1994). *La memoria.*
Primera parte. Duración: 16:38 min. Recuperado en: https://www.youtube.com/watch?v=7HhUxudhIHY&list=PL4Pi6-CJzi4qDl1zP4Nzq-17M9sGcHIpG&index=13&t=64s
Segunda parte. Duración: 11:21 min. Recuperado en:

https://www.youtube.com/watch?v=bjTdkOrX5Cw&list=PL4Pi6-CJzi4qDl1zP4Nzq-17M9sGcHIpG&index=14

Tercera parte. Duración: 16:23 min. Recuperado en: https://www.youtube.com/watch?v=nw4WSILUDqw&list=PL4Pi6-CJzi4qDl1zP4Nzq-17M9sGcHIpG&index=15

Dislexia y trastornos del aprendizaje ¿Qué son y cómo ayudar a los niños? Disponible en https://www.youtube.com/watch?v=Pmbp80t4flY

Cielo de octubre. (1999). [En línea] Dirigida por C. Gordon. Estados Unidos: Joe Johnston. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=8HWof8fJLBE

Rain man (Cuando los hermanos se encuentran). (1988). Dirigida por Mark Jhonson. Estados Unidos: Barry Levinson. Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=LU1A0sHWYQg

¿Qué sucede dentro de un cerebro con dislexia? Disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=3Ib_eZCO26k

Sd. De Savant. Los sabios tontos. disponible en: https://www.youtube.com/watch?v=lh-3GSH4xp0

National Geographic. Juegos Mentales 1. Presta Atención". Recuperado en: https://www.dailymotion.com/video/xliups

Pinterest (2018). *Aprendizaje*. [imagen] Disponible en: https://www.pinterest.es/pin/786300416166773270/ [Acceso 4 de enero de 2019].

Proceso psicológico /S/F). (Imagen) Disponible en: https://www.definicion.xyz/2017/10/procesos-psicologicos.html; [Acceso el 3 de enero de 2019].

Pinterest (2018). *Aprendizaje*. [imagen] Disponible en: https://www.pinterest.es/pin/786300416166773270/ [Acceso 4 de enero de 2019].

Pinterest (2019). *Cognición*. [imagen] Disponible en: https://www.pinterest.es/pin/416794140496998962/ [Acceso 22 de enero de 2019].

Pinterest (2019). *Escalera al éxito*. [imagen] Disponible en: https://www.pinterest.es/pin/318277898645121691/ [Acceso el 22 de enero de 2019].

Pinterest (2017). *Consejos*. [imagen] Disponible en: https://www.pinterest.es/pin/816277501186459770/ [Acceso 21 de enero de 2019].

UNIDAD IV
LA PERSONALIDAD, SU GÉNESIS Y DESARROLLO



Imagen 5.1. Man person clouds apple. (Gregory. E., 2014)

Objetivo

El alumno:

Comprenderá que la personalidad es una estructura compleja que tiene modificaciones a lo largo de la vida, a través del estudio de diferentes enfoques explicativos e instrumentos de evaluación, con el fin de analizar los factores que participan en su conformación, algunos de los cuales pueden derivar en alteraciones de la personalidad.

Introducción

A lo largo de la existencia humana un gran número de personas nos hemos preguntado, ¿por qué somos así? ¿las demás personas suelen tener estos mismos pensamientos, conductas o sentimientos? Pareciera ser que este tipo de cuestionamientos no tienen una respuesta tan sencilla como para investigarla en un manual o algún libro, incluso podemos decir que no se llegan a contestar completamente.

Teniendo en cuenta que la complejidad humana no ha llegado a resolverse completamente, sólo encontraremos un intento por explicar que es lo que sucede con este fenómeno que integra a los procesos cognitivos y sociales.

4.1 Construcción de la personalidad

La personalidad es un concepto que ha sido utilizado en la Psicología y otras ciencias para referirnos a características particulares de las personas, de igual manera es importante mencionar que dichas peculiaridades no solo llaman la atención a los expertos, sino a cualquiera que llegue a preguntarse algo sobre sí mismo en tanto a sus acciones, pensamientos o sentimientos. Seguramente te has quedado con la incógnita de la forma en la que la gente actúa en la calle, incluso llegaste a sorprenderte por algo que no esperabas ver o escuchar de ellos.

ACTIVIDAD 1

Para conocer sobre este enigmático tema, deberás escribir los elementos más sobresalientes de las definiciones de personalidad que se encuentran en las siguientes fuentes:

Morris, Ch. Maisto, A. (2011). Introducción a la Psicología. México: Pearson
Coon, D. (2009). Fundamentos de Psicología: México
Hagopian, M. (2009) Psicología. México: Santillana

____
____
____
____
____
____
____
____
____
____

a) El individuo como sujeto en desarrollo: estabilidad y cambio

Habrás encontrado en las definiciones de personalidad que estamos ante un fenómeno extenso, aquí destacan características de la personalidad, como es la estabilidad y el cambio. Para poder estudiar este fenómeno, partimos del concepto de personalidad que se acuña por el término latino que significa máscara, en el teatro clásico estos "artefactos" no solo permitían al actor escenificar a otro, sino emitir una voz diferenciada para cada personaje.

Realizando una analogía con la máscara, podemos deducir que hay elementos que vamos conservando a lo largo del tiempo, mientras que en ciertos momentos particulares de nuestra vida transformamos algunos otros.

Actividad 2

I. Elige una fotografía en la que aparezcas con una edad cronológica de 3 a 5 años.
II. Describe brevemente, ¿Por qué elegiste esa fotografía?

____
____
____
____
____
____

III. Tomando en cuenta la fotografía, escribe 5 elementos que permanecen y 5 que se hayan modificado de tu persona hasta el momento (considera aspectos psíquicos y físicos).

	Elementos estables	Elementos de cambio
1		
2		
3		
4		
5		

IV. Escribe al menos 2 eventos importantes a lo largo de tu historia que te hayan permitido ser quién eres.

____
____
____
____
____

Como se ha revisado anteriormente en otras unidades, un proceso de vital importancia es la memoria, parece ser que necesitamos guardar información de quien somos, con quien convivimos, cuáles son nuestros gustos, pero sobre todo de los hechos que han permitido que se conforme nuestra personalidad.

> "Nuestro pasado, lo vivido por cada quien, es vasto, incalculable e irrecuperable en su totalidad, pero aquello de lo que nos acordamos, a lo que estamos ligados debido precisamente a la facultad de la memoria y la capacidad del recuerdo, viene a constituir parte de lo que consideramos nuestra propia identidad, pues la definimos en términos de continuidad o al menos de encadenamiento y en términos de disparidad con los otros". (Díaz, 2009)

En este momento, nos damos cuenta que la construcción de la personalidad depende de cierta continuidad que nos da el recordar las experiencias que tenemos, la forma en como nos relacionamos y seguiremos haciéndolo con los demás. La manera de vincularnos ha dejado huellas indelebles que nos hacen ser, recordamos momentos con nuestros familiares, amigos, parejas, maestros y hasta con las personas que nos desagradan; siendo una mezcla entre características que persisten y se mantienen, pero, también elementos que cambian.

Puede ser que en algún "espacio" de la memoria encontremos algo que nos haya hecho cambiar, el leer un libro, algún conocimiento o una "simple" palabra de un ser querido.

Actividad 3

I. Lee el artículo titulado *Estabilidad y cambio* disponible en la siguiente página: S/A https://terapiaonline.co/psicologia-evolutiva/identidad-y-cambio/capitulo-6-angustia-frente-al-cambio-y-duelo-por-el-self/ii/estabilidad-y-cambio/

II. Menciona la relación entre la estabilidad y el cambio en los elementos de la personalidad

____
____
____
____
____
____
____

b) Factores que influyen en la conformación de la personalidad: biológicos y sociales

La construcción de la personalidad se explorará a lo largo de la unidad contemplando elementos que esbozan cada uno de los enfoques teóricos, mismos que se revisarán más adelante. Sin embargo, cabe destacar que la temporalidad, la cultura, los vínculos interpersonales, el sexo, nuestro género, las experiencias tempranas, el ambiente, entre otros, son elementos que invariablemente tienen una gran influencia en la definición de esa huella que nos distingue y diferencia de cualquier otra mujer u hombre en el planeta.

Teniendo en cuenta los elementos antes enunciados, el ser humano se caracteriza por una conformación biológica, psicológica y social. Contemplando los elementos que se mencionaron anteriormente y como lo has estudiado a lo largo de tu vida académica, se enfatiza que el ser humano es biopsicosocial, ¿a qué nos referimos con esto? A características de nuestro propio cuerpo, desde cualquier célula de nuestro cuerpo, tejido u órgano; a los procesos cognitivos como la percepción, aprendizaje, memoria y nociones socioculturales en la que nos encontramos inmersos.

Actividad 4

Enumera cinco aspectos biológicos, psicológicos y sociales que te hagan diferente a los demás.

	Biológicos	Psicológicos	Sociales
1			
2			
3			
4			
5			

La personalidad está conformada por un cúmulo de diversos rasgos que interactúan entre sí de manera sinérgica, algunos de los cuales son heredados de los progenitores y otros son aprendidos gracias a las experiencias e interacciones del individuo.

Actividad 5

I. Investiga cuál es la diferencia entre carácter y temperamento, leyendo el texto que se encuentra en el libro, Hagopian, B. (2009). Psicología. México: Ed Santillana, pp. 336 a la 339 y realiza un mapa mental donde partas del concepto de personalidad, anotando las características del carácter y el temperamento.

II. Responde las siguientes preguntas

1. ¿Con qué nombre se conoce al conjunto de rasgos que conforman la personalidad que tiene un componente hereditario?

2. ¿Con qué nombre se conoce al conjunto de rasgos que conforman la personalidad que proviene de las experiencias del individuo?

____

____

> Los factores sociales y culturales como menciona León A. actúan no solamente en forma independiente sino que se interrelacionan con los físicos y biológicos para formar el panorama total en que se desarrolla el fenómeno epidemiológico de las enfermedades mentales: aparición, difusión, mantenimiento y prolongación de los problemas. Hemos dicho que esta interrelación es tan íntima y variada que en determinados casos no se podrá prescindir de ninguno de esos factores, mientras que en otros casos, serán unos y otros los que intervengan directamente (León A. s/f, p. 2)

Se puede hacer mención que la personalidad es un fenómeno que integra los factores que están conformando al los seres humanos, nos podemos hablar de características aisladas, sino, el efecto de la suma de los elementos, biológicos y sociales que dan como resultado la personalidad.

4.2 Enfoques teóricos, características y aportaciones para la comprensión de la personalidad

Existen diversos enfoques teóricos que explican la personalidad desde diferentes puntos de vista y cada uno de ellos es importante porque pone su foco de atención en determinados aspectos de la personalidad, sin embargo, para poder tener una perspectiva amplia de lo que hoy en día se entiende por personalidad es necesario conocer los postulados más importantes del conjunto de dichos enfoques.

A continuación, se presentarán actividades que permitirán el estudio nociones fundamentales de las teorías han ayudado a entender el tema de la personalidad.

a) Enfoque de los rasgos

Más que explicar cómo se desarrolla la personalidad, esta aproximación teórica se centra en describir cómo se constituye, es decir en enlistar qué rasgos específicos la conforman.

Actividad 6

I. Busca información que te ayude a responder a lo que se te pide, tomando como referencia las siguientes fuentes:

- Alonso, J.I. (2012). Psicología. 2ª. Ed., China: McGraw-Hill,
- Coon, D. y Mitterer, J.O. (2016). Introducción a la Psicología: el acceso a la mente y la conducta. 13ª. Ed., México: Cengage Learning,
- Morris, Ch. y Maisto, A. (2013). Introducción a la psicología. 13a. Ed., México: Pearson,

- Papalia, D. (2012). Psicología. México: McGraw-Hill.
- https://www.rua.unam.mx/portal/plan/index/30001

1. Menciona quiénes fueron los principales representantes teóricos del enfoque de los rasgos:

____
____
____
____

2. ¿En qué consiste la técnica estadística conocida como: “Análisis factorial”?

____
____
____
____

3. ¿Cuáles son las 5 grandes dimensiones de la personalidad que se exploran en la prueba psicológica conocida como: “Los cinco grandes” (The big five)?

____
____
____
____

4. Gordon Allport categorizó los rasgos de la personalidad en tres niveles, cardinales, centrales y secundarios. En la siguiente tabla describe cada uno de ellos y escribe las características de tu personalidad que correspondan a cada uno de ellos.

	Rasgos cardinales	Rasgos centrales	Rasgos secundarios
Descripción			
Características personales			

b) Enfoque cognitivo-conductual

Considera que la personalidad se desarrolla atendiendo a la motivación básica de los seres vivos, por medio de la obtención de recompensas y evitar castigos, lo que propicia que intencionadamente busquemos adquirir rasgos de personalidad que resulten benéficos y que tratemos de evitar en la medida de lo posible aquellos rasgos considerados perjudiciales.

Actividad 7

Considerando las fuentes antes mencionadas, responde acorde a la teoría cognitivo conductual

1. ¿Quién fue el teórico que acuñó el concepto de: "Estándares de desempeño" el cuál se utiliza para determinar si una conducta es adecuada o no en un contexto particular?

____
____

2. Busca un ejemplo de la vida cotidiana en donde se ponga de manifiesto el concepto de autoeficacia acuñado por Bandura.

____
____
____
____

3. La teoría de Bandura, fundamenta que la personalidad del ser humano responde a estímulos ambientales y la suma de los aprendizajes, menciona tres aprendizajes que pienses que hayan modificado tu personalidad.

____
____
____

c) Enfoque psicodinámico

Se desarrolla a partir de la teoría propuesta por Sigmund Freud, concibiendo a la personalidad como una lucha de fuerzas inconscientes que afectan directamente a nuestros, afectos y pensamientos, de los cuales difícilmente podemos saber el motivo real que les ha impulsado. Se interesa en como las vivencias de nuestra infancia tienen impacto en la forma en la que nos conduciremos a lo largo de nuestra vida; otro factor de suma importancia es la sexualidad, de cómo lo vínculos interpersonales van construyendo un lugar particular para cada mujer y hombre.

> El sentimiento que cada individuo posee de su lugar en el mundo está ligando también a la manera cómo, en la vida, ha contado o no para otro, y contado para otro sin haber tenido para ello borrarse como sujeto (Mannoni, M. 1985: p 78)

Considerando que desde el momento en el que nacemos nos encontramos al cuidado de alguien, entramos a un proceso de socialización que deja huellas indelebles en cada uno, es decir, que de manera particular tenemos efectos de los vínculos que nos han constituidos, delimitando en el cómo nos relacionaremos con los demás.

Actividad 8

Lee el libro Hagopian, B. (2009). Psicología. México: Ed Santillana, pp. 343 a la 353 y desarrolla las siguientes actividades.

1. Realiza una imagen en donde se ilustre cómo es la interacción del ello, yo y superyó; lo inconsciente, preconsciente y consciente.

2. Describe la función de los mecanismos de defensa y explica dos de ellos.

3. Menciona la perspectiva de otros dos autores que se enmarquen en este enfoque (se sugieren que sea conforme a la lectura recomendada).

____
____
____
____
____
____
____

II. Busca en alguna fuente electrónica en qué consiste el complejo de Edipo, después, anota brevemente las ideas principales de lo que investigaste y coloca tu punto de vista del tema (Se sugiere utilizar recursos institucionales como https://www.rua.unam.mx/portal/plan/index/30001).

____
____
____
____
____
____

d) Enfoque humanista

Considera que la personalidad se desarrolla atendiendo a la motivación intrínsecamente humana de desarrollar el potencial individual de cada persona y de hacernos capaces de satisfacer necesidades vitales de variado orden, por lo que intencionadamente buscaremos adquirir rasgos de personalidad que faciliten o aceleren ese desarrollo y que nos permitan satisfacer dichas necesidades, y evitaremos aquellos rasgos que pudieran retardar o dificultar ese desarrollo o que no nos permitan satisfacernos.

Cada uno de los siguientes autores desarrolló una teoría muy importante acerca de la personalidad, redacta una frase que, desde tu punto de vista, englobe lo más importante de la teoría de cada uno de ellos:

Adler____
Maslow____
Rogers____

Actividad 9

1. Ve la película: “En busca de la felicidad” (2006) de Gabriele Muccino, y posteriormente explica de qué forma se ejemplifica el concepto de autorrealización en su trama.

____
____
____
____

2. En su teoría, Rogers incluyó un concepto conocido como: “Consideración positiva incondicional”, explica a qué se refiere.

____
____
____
____

En relación con el estudio de la personalidad, la existencia de varias teorías que expliquen este fenómeno tan complejo es debido a que cada una tiene una aportación pertinente, que explica la conformación de esa “huella psíquica” del ser humano. Es indudable que el acercamiento a estas nociones nos permite ganar comprensión, ante algunas características del entendimiento humano.

4.3 Alteraciones de la personalidad

Las alteraciones o trastornos de la personalidad involucran sentimientos, pensamientos y comportamientos que difieren de los considerados como normales en un contexto particular. Pueden llegar a ocasionar problemas en diferentes áreas de la vida de la persona que los padece y en los casos más graves incluso llegan a afectar todas las áreas de su vida, lo que obligaría a tener que recurrir a tratamientos en los que se hospitalice a esa persona para evitar que haga daño a sí misma o a otros.

Estos trastornos generalmente comienzan en la adolescencia, aunque también se pueden presentar antes o después de dicha etapa, y en ellos pueden jugar un papel desencadenante factores tanto hereditarios como ambientales.

Los síntomas varían mucho dependiendo del tipo de trastorno de la personalidad que se trate. Las afecciones van catalogándose por una escala que va desde las leves o las moderadas hasta las graves.

Los trastornos de la personalidad sólo pueden ser diagnosticados y tratados por un profesional de la salud mental, pero algunos indicios que permiten detectar si se requiere acudir con un especialista para descartar un trastorno de este tipo son:

- La severidad y frecuencia con que se presentan sus síntomas
- La funcionalidad y adaptación que se tenga

a) Elementos para la evaluación de alteraciones caracterizadas por conductas excéntricas, por dramatismo y emotividad, y por ansiedad.

Existen muchos trastornos de la personalidad y cada uno presenta síntomas específicos, pero de acuerdo con el programa de estudios, se expondrán por conducta excéntrica, dramatismo y emotividad, y por ansiedad.

Recapitulando información desde la siguiente fuente: American Psychiatric Association (APA). (2002). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-IV-TR. Barcelona: Masson.

Trastornos caracterizados por conductas excéntricas

Dichos trastornos se identifican por un aislamiento de la persona en relación con su medio, quien lo padece puede tener conductas y hábitos extraños, un ejemplo, puede ser la forma de vestirse, la manera de hablar y expresarse. En muchas ocasiones suelen mostrarse inconformes con las reglas sociales y en momento llegan a violentar las leyes.

Personalidad esquizotípica

La persona parece distante o indiferente gran parte del tiempo, su apariencia es excesivamente estrafalaria o desaliñada, sus comportamientos suelen ser descontextualizados, su discurso es incoherente y generalmente demuestra inadecuadamente sus sentimientos (en situaciones alegres puede llorar o enojarse y en situaciones de enojo puede carcajearse o mostrarse apática).

Personalidad sociopática

La persona cotidianamente agrede, explota y viola los derechos de otros sin experimentar remordimiento, tiene muy baja sino escasa tolerancia a la frustración, todo lo cual hace que tenga una fuerte propensión a delinquir. Se cree que hay un componente genético que predispone el desarrollo de este trastorno, pero también lo predisponen factores ambientales como el haberse criado con padres antisociales, alcohólicos, drogadictos o delincuentes y el haber experimentado violencia y/o abuso sexual en la infancia. En proporción hay más hombres afectados por este trastorno que mujeres.

Personalidad disociada o múltiple

Conlleva la existencia de dos o más identidades o personalidades en un mismo individuo y cada una de ellas tiene su propio patrón de percepción y actuación en el ambiente. Al menos dos de estas personalidades toman control de los pensamientos, sentimientos y conductas del individuo de forma rutinaria. Después de que alguna identidad alterna dejó de tener el control de la psique del individuo sobreviene una pérdida de memoria que dificulta que la personalidad "base" recuerde lo que ocurrió durante el tiempo que la otra personalidad asumió dicho control.

Trastornos caracterizados por un dramatismo y emotividad exacerbados

Este tipo de trastornos tienen en común denominador, la forma de expresar sus emociones y sentimientos de manera exacerbada, muchas veces la manera de comunicarse les hace tener problemas y malentendidos con las personas a su alrededor.

Personalidad histriónica o histérica

La persona actúa cotidianamente de una forma excesivamente emocional y dramática con el fin de captar la atención de los demás y de mantenerla. Puede llegar a ser muy exitosa socialmente debido a que se esfuerza mucho por resultar atractiva y seductora a los ojos de los demás. Es manipuladora, demandante y el chantaje emocional constituye su mecanismo principal de interacción y manipulación (utiliza frecuentemente chantajes del tipo: “si me dejas me suicido”).

Personalidad límite

La persona se conduce cotidianamente de forma impulsiva e impredecible y con mucha frecuencia despliega conductas paradójicas. Los cambios de ánimo en este trastorno suelen ser muy repentinos y drásticos, lo que a menudo resulta desconcertante para otras personas.

Personalidad narcisista

La persona dirige sus afectos hacia sí misma más que hacia otras personas. Es presuntuosa, explotadora y exhibicionista, sobrevalora su valía personal y debido a su delirio de que todos notarán su excesivo valor e importancia cree que tiene derecho a exigir más de lo que está dispuesta a dar.

Trastornos caracterizados por ansiedad:

Tipo de trastorno que se caracteriza por temores y temores muchas veces sin comprender de forma objetivo los motivos de dichas preocupaciones, lo cual les hace tener la incapacidad de ser autónomos y gozar de un equilibrio emocional.

Personalidad obsesivo-compulsiva

La persona experimenta la sensación de estar dominada por pensamientos recurrentes que no puede eliminar y que le generan un alto grado de ansiedad, lo que a su vez la obliga a realizar ciertos rituales que le ayuden a reducir dicha ansiedad, aunque sea temporalmente. Tiende a ser muy perfeccionista, rígida y buscará tener siempre el control de todo lo que le rodea, y cuando no logra esto experimenta frustración, enojo consigo misma, tristeza y el impulso de empezar con sus rituales nuevamente desde el principio.

Personalidad paranoide

La persona muestra permanentemente una excesiva desconfianza y hostilidad hacia todo lo que le rodea, ya sean personas o situaciones. Casi siempre se siente en peligro ella misma o cree que el mundo está en peligro, y debido a ello continuamente buscará evidencias que apoyen sus sospechas haciendo interpretaciones erróneas y fantasiosas del motivo real que origina diferentes acontecimientos como el calentamiento global o enfermedades como el ébola

(por ejemplo los conspiranoicos), intencionadamente reduce su vida social al mínimo necesario por miedo a ser manipulado o perjudicado por algún conocido que tenga intenciones secretas de hacerle daño.

Actividad 11

Busca películas, series o biografías de personajes célebres en las cuáles se ejemplifique cada uno de estos trastornos de la personalidad, posteriormente, identifica en cada caso cuáles fueron los factores predisponentes que contribuyeron a que se desarrollara dicho trastorno, y finalmente, elabora una propuesta de factores de protección que, si hubieran estado presentes en la vida del paciente, podrían haber evitado o retrasado el desarrollo del trastorno.

____
____
____
____
____
____
____
____
____
____
____

Actividad 12

Investiga si existe algún trabajo u oficio, para el cuál las características de los trastornos de la personalidad revisados pudieran resultar idóneos para desempeñar sus correspondientes funciones (por ejemplo, el trastorno histriónico de la personalidad, las personas, al ser muy expresivas, podría favorecer en el ámbito de la actuación).

____
____
____
____
____
____

b) Factores de riesgo

Algunos factores favorecen el desarrollo de los trastornos de la personalidad o bien contribuyen a que éstos se presenten a una edad más temprana, a estos factores predisponentes se les conoce como factores de riesgo. Veamos a continuación cuáles son los más importantes:

> *"Los factores de riesgo tienen un origen tanto interno como externo y en ellos pueden estar implicados aspectos tanto personales como familiares y sociales. Kazdin (2003) plantea que particularmente durante la*

adolescencia hay un incremento en el número de actividades consideradas como comportamientos problemáticos o de riesgo; como por ejemplo el abuso de sustancias ilícitas (drogas), ausentismo escolar, suspensiones, robos, vandalismo y sexo precoz sin protección. Florenzano Urzúa (1998) por su parte, señala como los más importantes: la edad, las expectativas educacionales y notas escolares, el comportamiento general, la influencia de los pares y la de los padres, la calidad de la vida comunitaria, la calidad del sistema escolar y ciertas variables psicológicas (la depresión, junto con el estrés excesivo y la baja autoestima son los que aparecen más frecuentemente asociados con las diversas conductas de riesgo en la adolescencia)". Páramo, M. A. (2011).

Actividad 13

Ve la película "Monster" (2003) de Patty Jekins y explica cuáles fueron los factores de riesgo tanto internos como externos que contribuyeron a que la protagonista desarrollara su trastorno de personalidad.

____

____

____

____

____

____

____

____

____

c) Factores de protección

Por su parte, algunos factores impiden el desarrollo de trastornos de la personalidad o bien contribuyen a retrasar su aparición; a estos factores se les conoce como factores de protección. A continuación, veremos cuáles son los más importantes:

"Los factores protectores o de protección se podrían definir como características detectables en un individuo, familia, grupo o comunidad que favorecen el desarrollo del potencial humano y el mantenimiento o la recuperación de la salud; y a sí mismo son capaces de contrarrestar los posibles efectos de los factores de riesgo, de las conductas de riesgo y, por lo tanto, de reducir la vulnerabilidad, ya sea general o específica de un individuo. Donas Burak (2001) plantea que existen dos tipos de factores protectores: los de amplio espectro (indicativos de una mayor probabilidad de tener conductas protectoras que favorecen la evitación de daños o riesgos); y factores protectores específicos a ciertas conductas de riesgo. Dentro de los factores de amplio espectro se incluyen: una familia contenedora o contensora caracterizada por una comunicación interpersonal asertiva y afectuosa; autoestima alta; proyecto de vida elaborado, locus de control interno bien establecido; sentido de la vida identificado; permanecer en el sistema educativo formal y tener un alto nivel de resiliencia. Por su parte, como factores protectores específicos encontramos: el uso del cinturón de seguridad (que reduce o evita

accidentes automovilísticos); no tener relaciones sexuales o tenerlas usando preservativo (que reduce o evita el embarazo no planeado y las ETS); no fumar (reduce o evita el cáncer y enfisema de pulmón), no beber alcohol y no ingerir drogas ilícitas (lo que reduce el riesgo de desarrollar enfermedades crónico degenerativas tales como la cirrosis o la esquizofrenia)". Páramo, M. A. (2011).

Actividad 14

I. Ve la película "La teoría del todo" (2014) de James March y explica cuáles fueron los factores de protección que contribuyeron a que el protagonista no desarrollara un trastorno de personalidad aún a pesar de que sus condiciones de vida eran extremadamente desafiantes.

II. Contesta a lo siguiente:

1. Menciona cinco elementos que consideres importantes para la protección de tu psiquismo.

2. Analiza algún acontecimiento de tu vida en el que se haya visto involucrado un factor de protección y describe como es que te ayudo

Glosario

Para continuar familiarizándote con la terminología que se emplea en Psicología y, en particular, en el área de las neurociencias, busca la definición de los siguientes conceptos (esta actividad puede realizarse de manera individual, por equipo o repartirse entre todos los integrantes del grupo). Se considera conveniente emplear los textos de Psicología que se emplean en las referencias bibliográficas de la unidad.

Concepto	Definición
Arquetipo	
Autoconcepto	
Autorrealización	
Carácter	
Consciente	
Ello	
Esfera de la experiencia	
Funcionamiento óptimo	
Inconsciente	
Inconsciente colectivo	
Introyección	
Máscara	
Mecanismos de defensa	

Orientación realista	
Personalidad	
Preconsciente	
Proyección	
Rasgo	
Rasgos cardinales	
Rasgos centrales	
Rasgos secundarios	
Represión	
Superyó	
Self	
Temperamento	
Yo	

AUTOEVALUACIÓN

1.- Freud describe a los mecanismos de defensa como una forma de bloquear la expresión de los afectos, los cuales son inaceptables para la conciencia y se manifiestan de manera inconsciente. Algunos ejemplos son:
A) Negación, represión y formación reactiva
B) Introversión, extraversión y máscara
C) Inferioridad
D) Defensas de contención

2.- Teoría que afirma que personalidad de las personas se explica por características que poseen, como la dependencia, ansiedad, agresividad y sociabilidad.
A) Psicoanálisis
B) Aprendizaje cognoscitivo social
C) Teoría humanista
D) Teoría de los rasgos

3. Este postulado del humanismo que se refiere a que la persona asemeja su autoconcepto con sus capacidades y potencialidades innatas.
A) Persona con funcionamiento óptimo
B) Tendencia a la autorrealización
C) Consideración positiva
D) Esfuerzo de compensación

4. Es un ejemplo de prueba psicológica que se basa en el enfoque factorial de la personalidad
A) Persona-casa-árbol.
B) Persona bajo la lluvia.
C) La figura humana.
D) Inventario Multifásico de la Personalidad de Minnesota.

5. En la teoría de Adler, parte de la personalidad que corresponde a la alerta del ser, la cual organiza los esfuerzos dirigidos a perseguir metas.
A) Complejo de inferioridad
B) Complejo de superioridad
C) Self creativo
D) Hostilidad básica

6. Conjunto de pensamientos, conductas y sentimientos desadaptativos prologados
A) Personalidad
B) Neurosis
C) Trastorno de la personalidad
D) Enfermedad

7. ¿Cómo explica Freud el desarrollo de la personalidad?
A) A través de las etapas psicosexuales
B) A través de las etapas psicosociales
C) A través del carácter y el temperamento
D) A través del temperamento que se hereda

8. ¿Cómo se llama la función que consiste en “capacidad de medir lo que se propone” un test”?
A) Objetividad
B) Confiabilidad
C) Validez
D) Estandarización

9. Distingue de los siguientes términos, cuál se refiere a la herencia biológica que representa la influencia de la naturaleza física codificada y por lo tanto, es difícil de modificar.
A) Carácter
B) Instinto
C) Personalidad
D) Temperamento

Referencias Bibliográficas

Alonso, J. I. (2012) *Psicología* (2da ed). México: McGraw Hill

American Psychiatric Association (APA). (2002). Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-IV-TR. Barcelona: Masson.

Arredondo, E., C. G. (2014) *Psicología 2*. México: Grupo Editorial Patria

Hagopian, M. (2009) *Psicología.* México: Santillana

Feldman, R. (2012). Psicología para bachillerato. México: McGraw Hill-Higher Education.

Gray, P. (2008). Psicología. Una nueva perspectiva. 5ª. Ed. México: Mc Graw Hill-Interamericana.

Mannoni, M. (1985) *De un imposible al Otro.* Barcelona, Buenos Aires, México: Paidós

Morris, Ch. y Maisto, A. (2011) *Introducción a la Psicología (13va. ed)*. México: Pearson

Páramo, M. (2011) *Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión*. Publicado en: *Revista Terapia psicológica.* Vol.29, No.1. Santiago, Jul. 2011

Personalidad, desarrollo y conducta social. (2013). Cuadernos Mente y Cerebro, mayo-agosto, 5: 30-34

Otras fuentes de consulta

Gregory. (2018). Man person clouds apple [imagen]. Recuperado en: www.pixabay.com

UNIDAD V
DIMENSIÓN SOCIAL DE LA PSICOLOGÍA



Imagen 5.1 Close up photografhy of yellow, green, red and brown cones. (Pixel, S/a)

Objetivo

El alumno:

- Comprenderá los procesos psicosociales que se generan durante la interacción en la vida cotidiana y en la construcción de significados, a través del análisis de los mecanismos de regulación social, con el fin de valorar su participación como agentes de cambio.

Introducción

La Psicología Social, estudia científicamente las formas en las que los pensamientos, sentimientos y conductas del individuo reciben influencia de la conducta o características reales, imaginarias o inferidas de otras personas. Shweder (1990) señala que "La psicología social es el estudio de la manera en que las tradiciones culturales y las prácticas sociales regulan, expresan y transforman la mente humana". Es decir, cómo la persona se constituye en una constante relación con los sistemas socioculturales que regulan las prácticas de una sociedad en un tiempo y espacio determinados. Esta relación, sin embargo, no es unilateral, sino que a la vez que el sistema sociocultural influye al sujeto y le permite consolidarse como persona, el sujeto, una vez consolidado como tal, retroalimenta al sistema sociocultural mediante sus acciones cotidianas. De manera que, sistema sociocultural y sujeto, se transforman mutua y constantemente.

A continuación, se propone una serie de actividades que te apoyarán en el estudio de diversos agentes de regulación psicosocial, a fin de que puedas comprender la formación de estereotipos, creencias, costumbres, valores y actitudes, así como su participación en las formas de interacción y construcción

de significados dentro de los diversos escenarios sociales en los que convives cotidianamente.

5.1. Agentes de regulación psicosocial

Ningún ser humano crece sin la participación de otros seres humanos, todos requieren del otro para poder consolidarse como personas. Sabemos que el ser humano, al nacer, es sumamente dependiente, requiere de los cuidados del otro para poder sobrevivir, incluso para poder aprender algunas habilidades que, como especie, está destinado a desarrollar en momentos críticos, por ejemplo, la marcha, el pensamiento y el lenguaje, así como la capacidad para vincularse afectivamente.

Desde sus primeros años de vida, el sujeto es inducido a participar de forma activa en la dialéctica de la cultura a la que pertenece. A través de la internalización de la cultura, el individuo tiene la capacidad de comprender a sus semejantes y de apropiarse del mundo. El proceso necesario para ello es la socialización, a través del cual el sujeto se pone en contacto con el mundo familiar y social, con lo que adquiere pautas de comportamiento, establece vínculos afectivos, modela su conducta y, en general, su personalidad. Así, la sociedad actúa sobre el individuo como un sistema a través de vías institucionalizadas (escuela, centros de trabajo, organizaciones políticas y de masas) y no institucionalizadas (familia, grupos informales, relaciones amistosas y de pareja), las cuales orientan su actuar mediante valores, reglamentos y estatutos que trascienden los espacios de interacción espontánea.

a) Familias

De las vías no institucionalizadas, la familia representa el contexto fundamental para el establecimiento de vínculos afectivos, estilos de comunicación, apropiación de normas y valores, conductas prosociales, empatía, etc. Álvarez (2003) señala que la familia es un grupo humano caracterizado por vínculos afectivos, sanguíneos o adoptivos en el que, a partir de los contactos continuos e interacciones comunicativas, se posibilita el desarrollo de estabilidad, cohesión interna, así como posibilidades de progreso según las necesidades de cada uno de sus miembros.

Los tipos de familia, de acuerdo con la composición de sus integrantes, han variado a lo largo del tiempo y de las diferentes sociedades en las que se inscribe, así tenemos que actualmente se pueden identificar las siguientes: familia nuclear o convencional constituida por padre, madre e hijos; familia extendida, compuesta por la pareja, hijos y otros familiares; familia simple, conformada por la pareja sin hijos; familia monoparental, integrada por un solo progenitor con uno o más hijos; familia monoparental extendida, formada por un progenitor, hijos y personas de la familia; familia monoparental compleja, compuesta por un progenitor, hijos y personas ajenas a la familia; familia reconstituida, en la que uno o ambos miembros de la pareja han tenido uniones anteriores, y que aportan al menos un hijo de las relaciones anteriores; y familia homoparental, en la que los progenitores son del mismo sexo, ya sea dos

hombres o dos mujeres. Asimismo, existen otras circunstancias que favorecen la diversidad familiar, como las relaciones de parentesco o consanguineidad, ya que en ocasiones los hijos pueden llegar a una familia a través de la adopción o de técnicas de reproducción asistida (Csaludandalucia, 2013).

Actividad 1

I. Investiga los tipos de familia que existe, ocupa las referencias bibliográficas de la unidad o búscalo en internet

II. Identifica el tipo de familia que tienes y menciona cuáles son sus características.

____
____
____
____
____
____

Por su parte, Valdés (2003) afirma que en la familia se produce la transmisión de valores, emociones, afectos, pensamientos, creencias, actitudes, usos, costumbres y tradiciones. Asimismo, señala que, la familia refleja la identidad del pueblo, la identidad grupal y la identidad individual. Estas identidades llevarán al individuo a elegir diferentes caminos a lo largo de su vida. En la elección de estos caminos, el individuo se convierte en agente social y en un ser activo de cambio.

En este sentido es importante señalar que, se puede ver a la familia desde dos ópticas: a nivel macro, desde la cual la familia se valora en su calidad de institución social, es decir, como entidad perteneciente a un contexto histórico específico y con un funcionamiento condicionado por las particularidades que caracterizan o definen a un proyecto social determinado; y a nivel micro, desde la cual la familia se concibe como pequeño grupo social que funciona a partir de determinadas regularidades internas y presenta mecanismos propios de autorregulación. Así, la familia funciona como mediadora entre la sociedad y el individuo, por lo que en sus funciones incluyen la transmisión a sus miembros de un conjunto de valores sociales e ideológicos y el modo de vida de la sociedad (Valdés, 2003).

En el proceso de transmisión de normas, roles y valores, la familia desempeña un papel determinante, dada su influencia directa sobre el individuo y su potencial formador y desarrollador. En este sentido, González y Mitjans (1989) afirman que, la familia representa la forma de relación más compleja y de acción más profunda sobre la personalidad humana, dada la enorme carga emocional de las relaciones entre sus miembros.

Por otra parte, las instituciones son otro tipo de agentes de regulación psicosocial que le permitirán al sujeto apropiarse de los diferentes elementos de

su cultura. Así, para Esteban Laso, las instituciones son el conjunto de estructuras y procedimientos de control social que organizan la conducta de los individuos. Funcionan como un marco dentro del cual, ocurren los intercambios de la vida diaria; nos dicen qué hacer, cómo, cuándo y en dónde, así como los resultados probables de hacer otra cosa. Las instituciones se crean para responder a necesidades individuales y colectivas. Desde la psicología social, el estudio de las instituciones implica el estudio en torno a la creación de normas, la obediencia a la autoridad y los fenómenos de psicología de grupos (Laso, s/f).

b) Instituciones

Desde el punto de vista de Balza de Hurtado (1981), las instituciones representan y manifiestan la conducta humana, tanto en el orden público como en el privado. Constituyen la confirmación de los esfuerzos básicos del ser humano para significar su mundo y su existencia.

Así, se puede afirmar que nuestra vida se desenvuelve en los grupos y en las instituciones, mismos que cumplen una función social fundamental de regulación de las relaciones sociales, de transmisión de normas, roles y valores necesarias para que pueda tener lugar la vida en común (Suárez; 2010).

Una de las instituciones más importantes es la escuela, ya que es el lugar donde se interiorizan normas, valores y pautas de comportamiento social. Además de establecer relaciones afectivas, se producen y transmiten valores culturales. En este sentido Reimers afirma que:

> Las sociedades sostienen las escuelas por razones que se encuentran entre dos extremos: por una parte, porque contribuyen a reproducir el orden social, por otra, por la esperanza de que pueden contribuir a mejorar ese orden. Así, las escuelas caminan orientadas entre el pasado y el futuro, ya que su tarea no es sólo preservar el pasado, sino construir el futuro. En la escuela se aprende de los maestros, de los compañeros de clase, de los libros, del ejemplo de los adultos, de la forma en que se organiza y lleva a cabo la tarea escolar, de muchas cosas. Se aprende una relación con el conocimiento y con la realidad a la que ese conocimiento se refiere y sobre la que se le permite actuar. Se aprenden formas de relaciones con otras personas e ideas sobre sí mismo, sobre el propio lugar en la estructura social, en la vida y en el mundo, se desarrollan esperanzas y expectativas, se adquieren habilidades. (Reimer, 2000)

Otras instituciones que también regulan el comportamiento del sujeto son los medios masivos de comunicación, pues diversos estudios han demostrado la influencia que tienen en las personas, particularmente en los niños. Actualmente, la televisión y las Tecnologías de la Información, la Comunicación y el Conocimiento (TICC), promueven el aprendizaje de actitudes hacia la propia familia, otros pueblos y culturas, o hacia cualquier objeto social.

Los medios de comunicación nos ofrecen constantemente informaciones relativas a la admiración que distintos personajes despiertan en públicos de todo el mundo. Deportistas, cantantes y otros famosos se convierten en referentes

para el individuo. Las influencias personales, ya sean intencionadas o no, afectan a todas y cada una de las facetas en que el individuo se desarrolla.

Lo anterior nos conduce a los grupos de referencia, es decir, a los grupos, reales o imaginarios, ajenos al individuo, cuyas normas, valores y formas de vida le sirven de referencia para su comportamiento; bien para imitarlos (grupos de referencia positivos), o para evitarlos (grupos de referencia negativos). Actualmente, gracias a los medios de comunicación, existen una gran cantidad de grupos de referencia, procedentes, fundamentalmente, del mundo del espectáculo

Actividad 2

Menciona que importancia tiene la escuela en la regulación de la conducta.

____
____
____
____

c) Grupos de referencia

Los grupos de referencia establecen las pautas y contraste necesarios para la comparación y evaluación del grupo, así como características personales de quienes lo conforman. Este concepto fue creado por Robert K. Merton (1968), quien sostuvo que, las personas se comparan con otras y forman parte de grupos que ocupan el papel social al que el individuo aspira. Así, los grupos de referencia pueden influir en los sentimientos y actitudes del individuo (Olga Delgado; 2006).

Algunos ejemplos de los grupos de referencia son los siguientes: hay gente que quiere pertenecer a la masonería, pero no son admitidos, para esas personas los masones serían un grupo de referencia; para un trabajador, los jefes pueden ser un modelo a seguir; los amigos, ONG's, vecinos, seguidores de una celebridad en Twitter, grupos de fans, grupo parroquial, colaboradores de un programa de televisión podrían ser referentes para una persona.

Finalmente, el grupo social más pequeño que se puede encontrar dentro de la gran complejidad de las relaciones interpersonales es la pareja, misma que tiene una gran influencia en la constitución del sujeto. Dicha influencia se observa claramente en el aprendizaje de valores y actitudes, habilidades sociales, roles sexuales, así como en la determinación de las aspiraciones educativas.

d) Pareja

De acuerdo con Wainstein y Wittner (2004) de la Universidad de Palermo, la pareja es una entidad social acotada, basada en la relación entre dos personas. Se comporta como una unidad, y es reconocida así por los que le rodean. Si bien las relaciones suelen respetar los marcos legales, valores, y creencias de su

contexto social, los intercambios de cada diada marca y define sus características básicas.

En la pareja predomina un cierto encuentro emocional, un enamoramiento, al cual se accede y se permanece mediante una declaración del deseo de compartir conductas, actividades, hijos, situaciones, bienes y objetos. Las relaciones de pareja se pueden vivir a través del noviazgo, vivir juntos ya sea mediante el matrimonio o la unión libre.

Actividad 3

I. Lee con atención el siguiente caso[1]:

Es una casa grande, de cuatro recámaras, una doble para nosotros y uno para cada hijo. Tengo dos hijas y un hijo, ya son mayores, mis hijas están empleadas, mi hijo es el más pequeño y sigue estudiando porqué él tendrá que ir a la universidad, las hijas no, ya sabe, son mujeres, ahora trabajarán hasta que se casen, para ahorrar y pagarse el ajuar, las dos tienen novio, y para casarse se necesita dinero, para poner la casa. Pero cuando se casen quiero que tengan su casa, son los maridos los que tendrán que mantenerlas, y entonces es inútil que hagan estudios largos, que no terminan nunca y además, ¿me puede decir qué hacen con un trozo de papel, con el título? Lo tiran cuando tienen que limpiar la casa, hacer la compra, preparar la comida, ocuparse de los hijos, pensar en el marido. Y además, nunca se sabe lo que se les mete en la cabeza a las hijas si estudian demasiado, yo no digo que no tengan que estudiar también ellas, desde luego las dos tienen el diploma, es lo que necesitan para no ser ignorantes; estudiar demasiado no es bueno, se les sube a la cabeza, les vienen ideas raras, ¿quién las controla? Los novios están de acuerdo, yo no soy el único que piensa así. Pero ellas son buenas, obedientes, siempre han hecho lo que les decía, y yo les decía si le hacen caso a su padre siempre estarán bien, y así fue. Son chicas inteligentes, tranquilas, buenas, nunca dan un disgusto, se ocupan de sus cosas, son sensatas, serias, muy formales, todo el mundo lo dice, no es porque yo sea su padre, también lo dicen los parientes, ya no se encuentran chicas así, con la cabeza llena de pájaros que tienen las chicas ahora.

II. A partir del texto presentado con anterioridad sobre los agentes de regulación social, responde las siguientes preguntas:

1. ¿Qué opinión te merece el hecho de que el hijo vaya a la universidad mientras que sus hermanas trabajan para ahorrar y después casarse?

___

___

___

[1] Adaptado de: Gianini, E. (1984). Las mujeres y los niños primero. Laia: Barcelona. Recuperado de https://docplayer.es/18978013-Ficha-1-estudio-de-casos-la-familia-de-andrea.html

2. El padre, al igual que los novios de sus hijas, piensan que, al casarse, las mujeres deben dejar su trabajo para dedicarse enteramente al hogar y ser mantenidas por sus maridos ¿Cómo podrías explicar esta forma de pensar?

3. ¿Qué quiere decir el padre al afirmar, respecto de sus hijas, que "estudiar demasiado no es bueno, se les sube a la cabeza, les vienen ideas raras"?

4. ¿Cómo se podría explicar la obediencia de las hijas hacia su padre y respectivos novios?

5. ¿Por qué consideras que las hijas tienen una relación de pareja con las características descritas?

6. ¿Cuál es la importancia de las normas, valores y creencias en el comportamiento de las personas involucradas en este caso?

7. ¿Cuál es tu opinión del caso?

Mecanismos de regulación social

La norma es un mandato, para actuar o abstenerse de hacerlo, que regula la conducta de distintos modos. El Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española la define como "regla que se debe seguir o a que se deben ajustar las conductas, tareas, actividades, etc.". Así, tenemos que las normas dirigen las acciones del ser humano, y el sentido que tomen dependerá, en gran medida, del tipo de norma a la cual se sujete el individuo, toda vez que existe una variedad de ellas, las cuales se aplican a diferentes aspectos de la persona.

Existe cuatro tipos de normas que se encargan de regular diferentes aspectos de la sociedad y abordar los problemas que surgen en la interacción de los individuos, ya que permiten saber las posibles opciones que se tienen en relación a la conducta de los demás y con respecto a la propia, introduciendo así el orden en la vida social.

Normas jurídicas: son reglas de conducta de carácter obligatorio que han sido creadas por un órgano reconocido por el Estado, y cuyo incumplimiento, trae como consecuencia la aplicación de la fuerza.

Normas morales: son las que el ser humano sigue en forma consciente, libre y responsable con el propósito de hacer el bien. Su sanción, en caso de incumplimiento, es el remordimiento de conciencia.

Normas religiosas: son aquellas que se manifiestan al hombre por Dios. Son preceptos obligatorios que regulan la conducta del hombre en relación con la divinidad, emanan directamente de Dios o de sus representantes en la Tierra, y su cumplimiento está impuesto por la fe. Las normas religiosas, por su naturaleza, participan de las normas morales.

Normas sociales: son reglas creadas por la sociedad y cuyo incumplimiento trae el rechazo por parte del grupo social. Responden también a la denominación de: usos sociales, reglas de trato externo o convencionalismos sociales. Son prácticas admitidas en el grupo social como comportamientos necesarios.

Los valores por su parte constituyen una expresión de la sociedad que fundamenta y orienta nuestra conducta en los diferentes niveles en los que el individuo interactúa. Son contenidos de la moral que están condicionados históricamente, expresándose en los ámbitos social, grupal e individual. Para Allport (1963), son convicciones que permiten al hombre actuar libremente; para Schwartz (1994), representan la meta transituacional deseable, variable en importancia, que sirve como guía o principio en la vida de una persona u otra entidad social; según González (1995), son dimensiones necesarias de las relaciones humanas y del sentido de la vida de las personas, que se personalizan y se expresan en las más diversas formas de comportamiento.

Como ya se revisó, tanto la formación como la transmisión de valores ocurre en los diversos grupos sociales o agentes de regulación social: familia,

instituciones, grupos de referencia y pareja. La escala de valores de un individuo se forma en la familia, sin embargo, se va modificando a lo largo de la vida de acuerdo con la propia experiencia.

Valdés (2003) afirma que, para que el sujeto se apropie de los valores y se expresen de forma efectiva en la regulación de su conciencia, resulta esencial que no sólo posean determinado grado de información acerca de sus contenidos, sino además, que estos contenidos adquieran significación para el individuo concreto. Así, deben despertar en el individuo vivencias y sentimientos, y adquirir un nuevo sentido psicológico, a fin de integrarse gradualmente a sus formaciones psicológicas y configurar auténticas concepciones morales de gran potencial regulador. La formación de valores supone el vínculo armónico entre lo actual y lo precedente.

Es de esta manera que los valores no se fijan mediante un proceso de comprensión, por lo que no son una expresión directa de un discurso asimilado, sino el resultado de una experiencia individual, a partir de situaciones y contradicciones que la persona presenta en el proceso de socialización, del que se derivan necesidades que se convierten en valores a través de formas individuales asumidas y desarrolladas dentro del propio proceso (González, F., 1998).

Otro mecanismo de regulación social, son las actitudes, las cuales constituyen evaluaciones, juicios u opiniones sobre la aceptación o rechazo de una persona, objeto o tema social. La actitud incluye tres elementos: 1) cogniciones o creencias, 2) emociones, y 3) conductas. Las fuentes de las actitudes son diversas, por ejemplo, el contacto directo con el objeto de la actitud, la interacción con otras personas que mantienen la misma actitud, los efectos de crianza, los medios de comunicación masivos y la influencia de la pertenencia a grupos. Así, se puede afirmar que las actitudes dependen en gran medida de las experiencias previas y de las expectativas hacia el objeto al que se dirige dicha actitud. (Cardona, 2000; Coon, D. 2005; Morris, Ch. y Maisto, A. 2011).

La relación entre las actitudes y la conducta no siempre es simple, variables como la fuerza de la actitud, la facilidad con la que viene a la mente, lo destacada que es una actitud particular en una situación determinada y lo relevante que es para la conducta, ayudan a determinar si una persona actuará de acuerdo con su actitud.

Los rasgos de personalidad también son importantes. Algunas personas adecuan sus acciones a sus actitudes de forma consistente, mientras que otras tienen la tendencia a invalidar sus actitudes para comportarse adecuadamente en una situación determinada. Por ejemplo, las personas con una elevada autosupervisión son especialmente propensas a dejar de lado sus actitudes para comportarse de acuerdo con la expectativa de otro; así, antes de hablar o actuar, las personas con esta característica observan la situación en busca de señales acerca de cómo deberían reaccionar. En contraste, las personas con baja autosupervisión se expresan y actúan en gran congruencia con sus actitudes,

mostrando poca consideración por las claves o restricciones situacionales (Arce, C. 2002; Coon, D. 2005).

El prejuicio es una actitud preconcebida, por lo general negativa, que se adopta sin sentido crítico y con una pobre evaluación de los hechos, suele mantenerse debido a una sospecha, temor u odio irracional. Así, al ser una actitud incluye elementos cognitivos, emocionales y conductuales. El elemento cognitivo representa la serie de creencias, pensamientos o estereotipos sesgados que un individuo aplica a ciertos grupos. El elemento emocional está compuesto por los sentimientos de rechazo que ese individuo siente contra los miembros de los grupos que le desagradan. El elemento conductual se refiere a la hostilidad o inclinación a discriminar a esas personas. La discriminación se refiere al trato injusto o sesgado que se aplica a las personas por pertenecer a un grupo. Por ejemplo, negar a alguien la posibilidad de vivienda, de empleo o la admisión a clubes sociales (Coon, D. 2005; Morris, Ch. y Maisto, A. 2011; Nevid, J. 2011).

Por otra parte, de acuerdo con Diez (2017), la creencia es una noción psicológica según la cual, creer implica la tendencia a actuar como si aquello en lo que se cree fuera verdadero. Como ya se mencionó, la actitud involucra a la creencia, pues en virtud de ella, el objeto aceptable o rechazable es tomado como verdadero, es decir, como existente. Toda evaluación afectiva, se hace sobre un referente, que es el objeto de la creencia, y todo referente genera una actitud; la disposición a actuar exige la previa creencia en que el objeto existe y la dirección de la acción (de aceptación o rechazo) la determina parte afectiva de la actitud.

Un estereotipo es una creencia integrada por un conjunto de atributos (características de personalidad, conductas o valores) que generalizamos a todos los miembros de un grupo o categoría social. Es un tipo especial de esquema que puede basarse en casi cualquier característica distinguible, pero que se aplica más a menudo al sexo, raza, ocupación, apariencia física, lugar de residencia y pertenencia a un grupo. Los estereotipos influyen en las primeras impresiones, así, pueden incluir atributos positivos o negativos, sin embargo, los estereotipos sobre los exogrupos y las minorías tienden a tener más connotaciones negativas que los estereotipos sobre los endogrupos y las mayorías. Además, se ha observado que los estereotipos negativos están más consistentemente ligados a las actitudes intergrupales, que los estereotipos positivos.

Cuando nuestras primeras impresiones de una persona son regidas por un estereotipo, tendemos a inferir cosas acerca de ésta únicamente sobre la base del esquema y a ignorar los hechos de sus rasgos individuales. Asimismo, la acción de estereotipar consiste en utilizar los estereotipos para hacer juicios, inferencias o predicciones sobre los miembros de un grupo sin considerar las diferencias individuales existentes entre ellos.

Actividad 4

I. Observa con atención los siguientes videos:

Spetisioti, N. [Psico Psicología] (2014, septiembre, 5). Cortometraje sobre discriminación [Archivo de video]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=wKbVvYHi5DM

Baldeon, E. [Lado B] (2012, junio, 28). *La discriminación no es cosa de juego* [Archivo de video]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=gQNhM1ZB_jg

II. Responde las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles son las creencias que sostienen los prejuicios presentes en los cortometrajes?

____
____
____
____
____
____

2. ¿Cómo consideras que los agentes de regulación social hayan contribuido a la adopción de estos prejuicios?

____
____
____
____
____
____

3. En el segundo video se observa que las personas pueden ser discriminadas y también discriminar. ¿Cuál es tu situación al respecto?

____
____
____
____
____
____

4. ¿Qué puedes hacer o qué haces para no discriminar?

____
____
____
____
____

La influencia social es un proceso psicosocial, por el cual los otros afectan nuestras percepciones, pensamientos, actitudes y comportamiento. Dicha influencia puede llevarse a cabo de manera abierta o velada, a través de la conformidad, la obediencia, la condescendencia y la persuasión.

La conformidad radica en el hecho de que la gente deja voluntariamente de lado sus propias preferencias o creencias y acata las normas o expectativas de un grupo. La conformidad, afecta diversos aspectos de nuestra conducta diaria, desde la ropa que vestimos en determinadas ocasiones hasta la elección de carrera que estudiaremos. Cabe señalar que, para que los grupos funcionen adecuadamente, se requiere de cierto grado de conformidad, de tal forma que todos los grupos ejercen cierta presión para producirla en sus miembros, por ejemplo, a través de las sanciones

El ejemplo citado por Morris y Maisto (2011) de Solomon Asch muestra, a través de un experimento, cómo un sujeto puede conformarse ante las presiones del grupo, incluso si éstas obligan a negar evidencia física. Asch asignó a diversos individuos a un grupo compuesto por personas que estaban de acuerdo con el experimentador. El grupo tenía la tarea de elegir una línea, de entre tres, que fuera igual de larga que la línea de prueba. Los miembros del grupo, todos aliados con el experimentador elegían uno a uno, y de manera unánime, la misma línea aunque ésta era incorrecta. Al final le tocaba el turno al sujeto experimental. Tres de cada cuatro sujetos cedieron ante la presión del grupo, y eligieron la línea incorrecta, al menos una vez, en varios ensayos (Morris, Ch. y Maisto, A. 2011; Nevid, J. 2011). Posteriores investigaciones han propuesto que existen al menos tres razones para que se presente esta respuesta: 1) perceptivas, las personas presuponen que la mayoría tiene la percepción correcta, 2) de juicio, no les importa si sus propios juicios son correctos, y 3) de acción, piensan que es más fácil seguir la corriente del grupo dado un temor a ser excluido.

Asimismo, hay dos conjuntos de factores que influyen en la probabilidad de que una persona se conforme:

1. Situacionales: a) tamaño del grupo, Asch encontró que la probabilidad de conformidad aumentaba con la expansión del tamaño del grupo, pero sólo hasta cuatro cómplices, ya que después de este punto agregar más, no incrementaba la posibilidad de que los sujetos ignoraran la evidencia de sus propios ojos; b) grado de unanimidad en el grupo, si sólo un cómplice rompe el acuerdo de la mayoría dando la respuesta correcta, la conformidad cae aproximadamente a 25%; c) naturaleza de la tarea, se ha demostrado que la conformidad varía con la dificultad y la ambigüedad de una tarea, ya que cuando la tarea es difícil o mal definida, la conformidad tiende a ser más alta. En una situación ambigua, los individuos están menos seguros de sus opiniones y más dispuestos a conformarse con la opinión de la mayoría (Morris, Ch. y Maisto, A. 2011; Nevid, J. 2011).

2. Personales: las personas que tienen una gran necesidad de certidumbre se conformarán más, así como los sujetos ansiosos que tienen poca confianza

en sí mismos y los que se preocupan por las opiniones o por la aprobación de los demás. Una persona tenderá más a conformarse cuanto más le atraiga el grupo, más espere interactuar con sus miembros en el futuro y menos aceptada se sienta por el grupo; también tenderá a conformarse más si sostiene una posición de estatus relativamente baja dentro del grupo (Morris, Ch. y Maisto, A. 2011; Nevid, J. 2011).

Por otra parte, la obediencia es otra a forma de influencia social en la que una persona ordena a otra que se comporte de una manera específica. La historia nos ha dado ejemplos en los que la obediencia se lleva a casos extremos, por ejemplo, en el holocausto, no sólo los soldados seguían órdenes, sino incluso algunos civiles simpatizantes del régimen Nazi. En los estudios clásicos de la obediencia llevados a cabo por Stanley Milgram, personas comunes estuvieron dispuestas a seguir las órdenes de una autoridad, incluso al punto de aplicar descargas eléctricas, que creían que eran graves y hasta peligrosas, a supuestos participantes (Coon, D. 2005; Morris, Ch. y Maisto, A. 2011; Nevid, J. 2011).

Algunos autores opinan que la disposición a obedecer órdenes que podrían ir en contra de nuestros principios morales, tal vez se derive de la legitimidad de la autoridad. Desde muy pequeños se nos enseña a obedecer a las figuras de autoridad, como los padres y los profesores, y no a cuestionarlas ni a dudar de ellas. Esta práctica de crianza podría prepararnos para acatar órdenes cuando nos la manda una figura de autoridad legítima (Coon, D. 2005; Nevid, J. 2011).

Actividad 5

I. Observa con atención los siguientes videos:

Concejalía de Acción Social del Ayuntamiento de Alicante (2010, diciembre, 9). Influencia Social [Archivo de video]. Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=aaAqNXsW9A4

WBGH, Educational Foundations (1989, abril, 13). El poder de la situación. Milgram, experimento sobre la obediencia a la autoridad (Español) [Archivo de video]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=8rocRcUOwFw

II. Responde las siguientes preguntas:

1. ¿A qué se debe que nos dejemos influir por la presión del grupo?

____
____
____

2. Escribe al menos dos ejemplos de la vida diaria en los que nos dejamos influenciar por la presión del grupo, de preferencia que sean de tu propia experiencia

3. ¿Qué tan necesaria consideras que es la conformidad para la cohesión del grupo?

4. ¿En qué circunstancias consideras que se debe mantener la individualidad, para no ceder a la presión del grupo, y cómo se podría lograr esto?

5. De acuerdo con el experimento de Milgram y con la lectura anterior, ¿Cuáles son las condiciones que deben existir para que se obedezca una orden?

6. ¿Cuál crees que sea el papel de la familia, las instituciones, grupos de referencia y pareja en la conformidad social y en la obediencia?

7. Si una persona, a la que le confieres autoridad, te ordena hacer algo que vaya en contra de tus valores, ¿qué harías? Justifica tu respuesta.

La condescendencia o sumisión es el proceso de acceder a las peticiones de otros. A diferencia de la obediencia, en la condescendencia no se reciben órdenes, sino peticiones abiertas o veladas. Como ya se vio, la conformidad es una respuesta a la presión ejercida por el grupo, mientras que la condescendencia es un cambio de conducta en respuesta a una petición específica. Hay tres tipos de condescendencia (Coon, D. 2005; Morris, Ch. y Maisto, A. 2011; Nevid, J. 2011):

1. Efecto del pie en la puerta. Si alguien accede a una petición pequeña, es probable que más tarde acceda a exigencias más grandes, por ejemplo, si una persona accede a ponerse un distintivo en la solapa y así promover una obra de caridad, es probable que más tarde esté dispuesta a otorgar un donativo.

2. Efecto de la puerta en las narices. Tendencia a acceder a una pequeña petición, luego de haber rechazado una más grande. Por ejemplo, si un vecino te pide que alimentes a su perro, riegues sus plantas y cortes el pasto de su jardín durante el tiempo en que esté fuera por sus vacaciones, seguramente lo rechazarías. Pero ¿qué sucedería si el mismo vecino te pide más tarde que al menos le recojas la correspondencia? Es muy probable que accedas a esta petición.

3. Técnica de conveniencia gradual. Estrategia en que se busca en un primer momento la aceptación de una petición razonable o deseable, para posteriormente formular otra que no lo es tanto. Por ejemplo, un compañero te pide un aventón para el día siguiente aprovechando que tu papá te prestó su automóvil y, una vez que accediste, te pide salir más temprano para pasar por su novia.

Finalmente, la persuasión se refiere a cualquier intento deliberado de cambiar las actitudes mediante la transmisión de información. La persuasión se manifiesta desde el bombardeo cotidiano de mensajes comerciales hasta la discusión personal entre amigos. Los medios masivos de comunicación son el principal agente que busca convencernos de que modifiquemos ciertas actitudes, por ejemplo, para adoptar una actitud más favorable respecto a un producto a fin de comprarlo; para apoyar a un político para que asuma determinado cargo; para adoptar comportamientos más sanos tales como dejar de fumar o no manejar en estado de ebriedad (Coon, D. 2005; Morris, Ch. y Maisto, A. 2011; Nevid, J. 2011).

5.2 Estrategias de afrontamiento: Desarrollo de habilidades sociales

Las demandas del medio social en el cual interactuamos como individuos, implican poner en marcha recursos personales que permiten la regulación emocional y social para tomar decisiones en la vida cotidiana. Existen modelos que explican cómo se desarrollan estos recursos personales, entre ellos se encuentra el modelo de estrategias de afrontamiento desarrollo por Richard Lazarus (1966, 1984, 1986, 1988, 1991, 2000), el cual está directamente relacionado con el estudio de la emoción, la cognición y la adaptación. Según Zavala, Rivas, Andrade y Reidl (2008) este modelo de afrontamiento se basa en un proceso de evaluación cognoscitiva de costos y beneficios para tomar decisiones. Estas decisiones se dan ante situaciones estresantes que se generan al interactuar con el medio ambiente.

Para Lazaruz (1966), el proceso psicológico de reacción ante estas situaciones estresantes no puede separarse de un proceso cognitivo, a través del cual el individuo evalúa el potencial amenazante del estímulo y al mismo tiempo inicia un proceso mental mediante el cual se concibe la estrategia para afrontarlo. Esta estrategia va a estar determinada por el contexto sociocultural al que se pertenece. Lazaruz y Folkman (1984), señalan que los recursos de enfrentamiento se encuentran en la persona y en su entorno. Indican que los recursos personales incluyen salud, energía, moralidad, resolución de problemas, sistema de creencias y los recursos medio ambientales o del entorno, los cuales implican poseciones materiales, apoyo y habilidades sociales como la capacidad de comunicarse y de actuar en una forma socialmente adecuada y efectiva.

Actividad 6

Observa el video: Redes - La receta para el estrés https://youtu.be/tnAYhBeWAjc y contesta las siguientes preguntas:

1. Según el video cuáles son las razones para tener estrés:

____
____
____
____

2. ¿Cuáles son los cambios físicos que nos indican que tenemos estrés?

____
____
____
____
____

3. ¿Por qué en un mundo ordenado sufrimos de más estrés?

____
____
____
____

4. ¿Cuáles son las consecuencias de tener estrés?

____
____
____
____

5. ¿Qué estrategias pueden ayudar a regular y afrontar el estrés? y ¿por qué?

____
____
____
____

Lazaruz (1991) y Lazarus y Folkman (1993), exponen diferentes formas de afrontar el estrés y definen el afrontamiento como: el conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales permanentemente cambiantes, desarrollados para hacer frente a las demandas específicas externa e internas evaluadas como abrumadoras o desbordantes de los propios recursos. Distinguen tres tipos de afrontamiento:

a) Dirigido a la resolución del problema. Se trata de manipular el problema o alterarlo en el entorno causante de perturbación. Dentro de este tipo de afrontamiento se encuentra la estrategia de afrontamiento-autocontrol, en la cual se analiza el problema y se sigue un plan de acción para resolverlo.

b) Dirigido a la regulación emocional. En este tipo de afrontamiento se encuentran estrategias como:

- Evitación-escape cognoscitivo. Pensamientos vinculados a deseos, como: “desearía que la situación dejara de existir”
- Evitación-escape conductual. Estrategia que se enfoca a la reducción de la tensión, por ejemplo: hacer ejercicio, beber, comer.
- Distanciamiento. Alejamiento del problema durante el cual no se hace nada ni para resolver el problema, ni para regular estados emocionales, por ejemplo: esperar a ver qué pasa antes de hacer algo.
- Reevaluación positiva. Buscar lo positivo del problema.
- Autoaislamiento. Alejarse de las personas como medida de protección.

c) Mixto. Afrontamiento que se orienta tanto a la regulación emocional como a la resolución del problema; su estrategia es el apoyo social, por ejemplo: hablar con alguien para saber más de la situación, aceptar la simpatía y comprensión de otros. Esta estrategia

Lazarus y Folkman (1993), indican que el afrontamiento dirigido al problema como el dirigido a la emoción se influyen entre sí y pueden interferirse, debido a que el individuo puede usar más de una estrategia. El uso de estas estrategias depende del problema en sí mismo y del contexto en el cual se da, así como de las habilidades personales que cada persona desarrolla a lo largo de su vida.

Actividad 7

I. Piensa en una situación que te cause estrés, puede ser de la escuela, tu familia, tus amigos.

II. Complementa la siguiente tabla, en la primera columna enlista todas las estrategias que usas para poder afrontar el estrés y en la segunda indica el tipo de estrategias usas según el Modelo de Lazarus y Folkman (1993).

ESTRATEGIAS PARA AFRONTAR EL ESTRÉS	TIPO DE ESTRATEGIA

Habilidades sociales, emocionales y cognitivas

El uso de diferentes estrategias de afrontamiento dependen de las habilidades personales que se han desarrollado a lo largo de la vida, éstas permiten interactuar con el medio social y resolver problemas en diferentes contextos sociales (familiares, escolares, de salud, amigos, pareja, entre otros) se denominan habilidades para la vida y se definen como “aquellas capacidades personales cuya función esencial es permitir que la persona enfrente de manera efectiva las demandas y desafíos de la vida diaria mediante comportamientos positivos y adaptativos” (OMS,2002). Se clasifican en tres áreas:

a) Habilidades sociales: establecer y mantener relaciones interpersonales con tolerancia, respeto y asertividad.
b) Habilidades emocionales: empatía, regulación emocional, autoestima.
c) Habilidades cognitivas: tomar decisiones, resolver problemas, pensar en forma crítica y autoconocimiento.

Las habilidades para la vida se relacionan entre sí para que los individuos construyan significados, que les permiten adaptarse y ser agentes de cambio del medio social en el cual interactúan.

Una de las habilidades fundamentales que forman a los individuos como agentes de cambio es el pensamiento crítico, ya que es una forma lógica de organizar hechos, razonamientos y argumentos que se contraponen a un juicio o teoría. Su objetivo principal es aprender a pensar por uno mismo. Por ello se

convierte en una herramienta fundamental para desarrollar diferentes habilidades del pensamiento como análisis, síntesis, solución de problemas, toma de decisiones entre otras (Thomson, 2002). El pensamiento crítico permite organizar ideas, jerarquizarlas, defenderlas y comunicarlas de manera clara, tanto escrita como oralmente, lo que le facilita la comunicación con los demás; habilidad fundamental para el trabajo en equipo y la negociación. Además, pensar críticamente facilita la autorreflexión, la autocrítica y el conocimiento de uno mismo, por el hecho de analizar los pros y contras de diferentes argumentos ante una situación determinada. Para desarrollar el pensamiento crítico se requiere del manejo de habilidades emocionales y sociales como: empatía, autoestima, regulación emocional y asertividad, debido a que el ser humano no es gobernado únicamente por el intelecto, sino también por sentimientos y por las diferentes formas de interacción social (Hiriart, 1999, Gardner, 2005, Goleman, 2002, 2006).

La empatía es la capacidad de ponerse en el lugar de otras personas, lo que permite comprender experiencias, pensamientos, sentimientos y emociones de los demás, situación que beneficia la comunicación interpersonal debido a que las personas se sienten comprendidas y eso genera un lazo positivo en las relaciones (López y González, 2004). Esta habilidad permite estar abierto ante diferentes puntos de vista de otras personas y por lo tanto, escucharlas, aunque estén en desacuerdo con uno, lo anterior permite integrar propuestas y comprender argumentos propios. Además, facilita despegarse de las creencias personales y hacer propias otras concepciones, lo cual nos hace conscientes de nuestros errores e ideas falsas que tenemos (Thomson, 2002). Para ser empáticos se requiere de escuchar de manera activa, es decir, poner atención a las personas cuando nos están transmitiendo sus ideas, pensamientos, emociones o sentimientos. Para fomentar la empatía es importante evitar juzgar, ridiculizar o minimizar a los demás cuando expresen sus opiniones y sentimientos (Hiriart, 1999; López y González, 2004).

Otra habilidad necesaria para el desarrollo del pensamiento crítico es la autoestima. Se define como la capacidad de tener respeto por uno mismo y sentirse capaz de enfrentar los retos que se presentan en la vida. La verdadera autoestima es un proceso regulado por nuestra propia voluntad. Depende de la racionalidad, honestidad e integridad del yo, por lo que no está determinada por el éxito social, el aspecto físico, la popularidad u otro factor externo, como sucede en la autoestima falsa. La autoestima auténtica no necesita de reconocimientos externos, ya que posee el reconocimiento interno y es captada a través del amor, respeto y confianza con la que nos nutrieron desde niños. La verdadera autoestima es una experiencia íntima: *es lo que yo pienso y siento sobre mí mismo, no lo que otros piensan o sienten sobre mí* (Branden, 2001).

El desarrollo de la autoestima fomenta la autorreflexión y el autoconocimiento, debido a que una persona que se valora y se siente segura de sí misma, evalúa objetivamente su forma de pensar, sentir y comportarse, lo que le permite ubicarse y ser congruente con su realidad (Branden, 2001, Goleman, 2002). La autorreflexión y el autoconocimiento son las bases para estructurar el pensamiento crítico, debido a que facilitan: concentrarse en lo

importante en un debate o discusión, identificar lo que es incorrecto en un argumento, aceptar o rechazar una proposición, analizar argumentos a favor y en contra, así como evaluar y construir los argumentos propios a través de la autocrítica (Thomson, 2002). Para fortalecer la autoestima es importante aceptar que todos tenemos cualidades y defectos, liberarse de conceptos negativos de nosotros mismos, aceptar que todos somos importantes y valiosos, vivir responsablemente de acuerdo a nuestra realidad, aprender a aceptarnos a través de lo que sentimos y de los que somos, liberarnos de la culpa al evaluar lo que queremos y pensamos, actuar de acuerdo a lo que pensamos, sentimos y deseamos, sin tomar como base la aprobación o desaprobación de los demás y sentirnos responsables de nosotros mismos (Branden, 1998, 2001).

La autorregulación emocional también se ha relacionado con el desarrollo del pensamiento crítico. Es la habilidad de identificar y reflexionar sobre las emociones propias, lo que permite manejarlas de manera adecuada en diferentes situaciones (De Guell y Muñoz, 2003). Cuando se tienen poca capacidad para regular las emociones las personas responden de manera impulsiva, de esta manera, cuando la mente emocional toma el mando anula a la mente racional lo que impide reflexionar y pensar críticamente (Goleman, 2002). Por el contrario, la autorregulación emocional permite a las personas ser pacientes y tolerantes; actitudes que ayudan a analizar de manera detallada y tener una mejor comprensión de preguntas y argumentos que se generan en una discusión (Thomson, 2002).

Para regular las emociones es importante ser capaz de conversar consigo mismo a través de la reflexión sobre nuestras acciones, emociones y sentimientos; analizar lo que hay detrás de los sentimientos, por ejemplo: si tengo miedo, pregúntate ¿Por qué siento miedo? ¿Qué es lo que realmente estoy sintiendo? Y enfrentarse a las diferentes emociones (miedo, ansiedad, ira, enojo, estrés, tristeza) a través de acciones concretas, por ejemplo: realizar actividades placenteras como meditar, relajarse, hacer ejercicio, leer un libro, entre muchas otras (Branden, 2002, De Guell y Muñoz, 2003).

La asertividad es fundamental para desarrollar el pensamiento crítico, debido a que es la habilidad para transmitir y recibir mensajes (opiniones, creencias, ideas, sentimientos, necesidades) de manera honesta, respetuosa, oportuna, constructiva y funcional (Caballo, 1993). Esta habilidad ayuda a transmitir argumentos a favor o en contra de posturas que tienen otras personas, ya sea para convencerlas, persuadirlas, llegar a un consenso o negociación.

De esta manera, una persona asertiva manifiesta de forma clara y precisa sus pensamientos y sentimientos, lo que hace que sus actitudes (lenguaje no verbal) sean congruentes con su expresión verbal, lo que le permite manejar positivamente sus relaciones sociales y, de esta manera, abre canales de comunicación interpersonales para debatir y llegar a negociaciones aun cuando se presentan posturas opuestas. Por el contrario, una persona violenta cierra los canales de comunicación ya que, generalmente, trata de imponer sus puntos de vista, aunque para ello use los insultos o amenazas. En el mismo sentido, una persona pasiva que no expresa sus posturas o lo hace con inseguridad por miedo

a equivocarse, cierra canales de comunicación y termina aceptando puntos de vista de otras personas, aunque no se encuentre de acuerdo con ellos (Caballo, 1993, Flores y Díaz-Loving, 2002).

Las estrategias de afrontamiento y las habilidades cognitivas, emocionales y sociales descritas anteriormente, son mecanismos de regulación social, debido a que el tipo de afrontamiento y habilidad que se desarrolla a lo largo de la vida, impide o ayuda a que cada individuo se convierta o no en un agente de cambio dentro de su medio social. Por ejemplo, una persona que tiene estrategias de afrontamiento pasivas ante un problema es insegura, se estresa fácilmente y es poco asertiva, le costará más trabajo exponer argumentos para negociar soluciones de un conflicto, lo que le impide ser un agente de en su medio social. Por el contrario, un individuo con estrategias de afrontamiento activas, como hacer planes de acción y llevarlos a cabo para resolver un problema, es segura de sí misma, sabe regular sus emociones como el enojo o el estrés y se comunica asertivamente; le será más fácil exponer argumentos para negociar soluciones a los conflictos; lo que le ayuda a convertirse en un agente de cambio dentro de su contexto social.

Actividad 8

Tomando como base la información teórica desarrollada en el texto, complementa el siguiente cuadro con la información que se te pide.

TÉRMINO	DEFINICIÓN	REFLEXIONA: ¿CÓMO LA ESTRATEGIA O HABILIDAD DEFINIDA TE PUEDE AYUDAR A QUE SEAS UN AGENTE DE CAMBIO?
Estrategias de afrontamiento		
Estrategias dirigidas a solución del problema		
Estrategias dirigidas a la regulación emocional		
Autoconocimiento		
Toma de decisiones		
Pensamiento crítico		
Regulación emocional		
Empatía		
Asertividad		

A partir de las estrategias de afrontamiento que usas regularmente para resolver problemas y las habilidades sociales, emocionales y cognitivas que percibes de ti mismo, contesta la siguiente pregunta:

¿Te consideras un agente de cambio para la sociedad y el contexto en el cual te has desarrollado? ¿Por qué?

____
____
____
____

Actividad 9

Escucha el audio: Asertividad, algo más que decir no. Se encuentra en la siguiente liga: https://youtu.be/lvDkZpbzJWo y contesta las siguientes preguntas:

1. A partir del caso que se plantea en el audio, qué habilidades sociales, emocionales y cognitivas debe desarrollar la protagonista para no aceptar hacer el trabajo de su compañera de oficina:

____
____
____
____

2. Si tú te pusieras en el lugar de la protagonista ¿cómo resolverías la situación?

____
____
____
____

3. Según el audio sobre asertividad ¿Por qué es importante desarrollar habilidades sociales y emocionales?

____
____
____
____

Actividad 10

I. Observa el video de aprendizaje social y emocional. Habilidades para la vida de Eduardo Punset. REDES. Lo encontrarás en la siguiente liga: https://youtu.be/3vIEQdZC6Ow

II. Contesta las siguientes preguntas:

1. ¿Por qué es importante la educación social, emocional y ético en los niños y adolescentes?

____
____
____

2. ¿Por qué es importante saber interpretar las emociones objetivamente de otros?

____
____
____

3. ¿Qué tipo de habilidades desarrolla un niño que tiene una educación emocional y social?

____
____
____

4. ¿Por qué las escuelas no enseñan las habilidades sociales y emocionales?

____
____
____

2. ¿Qué ventajas tiene un niño y adolescente con habilidades sociales y emocionales en comparación con los que no las tienen?

____
____
____

3. ¿Por qué se considera que para exista un desarrollo social positivo, las escuela debe enseñar habilidades sociales y emocionales a los niños y adolescentes?

____
____
____

Actividad 11

Lee el siguiente caso y podrás comprender por qué muchas de las decisiones que tomamos tienen que ver las estrategias de afrontamiento y habilidades personales que hemos desarrollo a lo largo de la vida:

Rodrigo y Jimena son novios desde hace un año, tienen una relación estable y están enamorados. Ambos son mayores de edad y hace tres meses iniciaron sus relaciones sexuales, pero a pesar de que tienen conocimiento de los métodos

anticonceptivos no los usaron y Jimena quedó embarazada. Al enterarse Jimena de su embarazo se lo comunicó a Rodrigo. Los dos están muy preocupados por esta situación, ya que están estudiando el bachillerato, desean seguir con una carrera universitaria y no tienen los recursos económicos para sostener a un bebé ya que provienen de familias con un nivel económico bajo y, además, dependen económicamente de sus padres.

Jimena le propone a Rodrigo abortar, pero él no está de acuerdo, además duda que sea la mejor solución, pero tampoco le propone a Jimena cómo resolver la situación. Debido a lo anterior y a pesar de lo que opina su novio, Jimena toma la decisión de abortar.

Contesta las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es lo que llevó a Jimena a tomar la decisión de abortar?

____
____
____

2. ¿Qué estrategias de afrontamiento está usando Jimena para resolver la situación? ¿Consideras que son adecuadas? ¿Porqué?

____
____
____

3. ¿Qué habilidades sociales, emocionales y cognitiva tiene Jimena para tomar la decisión que tomó?

____
____
____

4. ¿Qué razones puede tener Rodrigo para no estar de acuerdo en qué Jimena aborte?

____
____
____

5. ¿Qué estrategias de afrontamiento está usando Rodrigo para resolver la situación? ¿Consideras que son adecuadas? ¿Por qué?

____
____
____

6. ¿Las circunstancias que plantea el caso permiten comprender la decisión de Jimena? SI, No ¿Por qué?

____
____

4. ¿Qué papel juega la experiencia en la decisión de Rodrigo y de Jimena?

5. ¿Cómo influyen los valores personales para que Jimena decidiera abortar y que Rodrigo no estuviera de acuerdo?

6. ¿Qué conclusión puedes sacar de este ejercicio?

Glosario

Para continuar familiarizándote con la terminología que se emplea en Psicología y, en particular, en el área de las neurociencias, busca la definición de los siguientes conceptos (esta actividad puede realizarse de manera individual, por equipo o repartirse entre todos los integrantes del grupo). Se considera conveniente emplear los textos de Psicología que se emplean en las referencias bibliográficas de la unidad.

Concepto	Definición
Actitud	
Cohesión Social	
Condescendencia	
Conformidad	
Creencia	
Estereotipo	
Familia	
Grupo	
Grupo de referencia	
Institución	
Normas	
Obediencia	

Pareja	
Persuasión	
Prejuicio	
Roles	
Socialización	
Valores	

AUTOEVALUACIÓN

1.- Aborda la cuestión de cómo elaboramos juicios acerca de las causas de la conducta.
A) Estereotipo
B) Discriminación
C) La teoría de la atribución
D) El prejuicio

2.- Proceso mediante el cual adquirimos significados compartidos por su grupo social y se constituye como miembro reconocido de una colectividad social determinada.
A) La socialización
B) La imitación
C) La atribución
D) La individuación

3.- El concepto de que las relaciones se basan en el intercambio de recompensas entre compañeros.
A) Proximidad
B) La intimidad
C) El asertividad
D) El intercambio

4.- Es una organización relativamente estable de creencias evaluativas, sentimientos y tendencias de comportamiento hacia el objeto en cuestión.
A) Teoría de la gran persona
B) La actitud.
C) Norma.
D) Autosupervisión

5. Conjunto de comportamientos que se esperan de una persona de acuerdo a la posición social que ocupa.
A) La actitud
B) Norma social
C) Rol.
D) Conducta

6. Se refiere a la cualidad genuina de cercanía y confianza que se logra gracias a la comunicación con otra persona.
A) Proximidadad..
B) Intimidad
C) La asertividad
D) El intercambio

7. Conjunto de creencias, pautas de conducta, actitudes, conocimientos, utensilios, arte, instituciones, organizaciones, entre otros elementos, que son compartidos y trasmitidos por los miembros de una determinada sociedad.
A) Cultura
B) Costumbre
C) Tradición
D) Actitud

8. Los procesos cognitivos son utilizados para formarnos un esquema de los demás y de nosotros mismos, cumpliendo la función de permitirnos reconocer, recordar y formar categorías sobre las distintas formas de ser de las personas de acuerdo a sus características.
A) Atribución social
B) Estereotipo
C) Influencia social
D) Cognición social

9. ¿Qué estrategias de afrontamiento crees que debes de fortalecer? Justifica tu respuesta.

____

____

____

Referencias bibliográficas

Amestoy de Sánchez, M. (2003). *Aprende a pensar. Comunicación e interacción. Guía del Instructor.* México: Trillas

Branden, N. (1998). *Cómo mejorar su autoestima*. México: Paidós.

Branden, N. (2001). *La Psicología de la autoestima*. Madrid: Paidós.

Bejarano, J., Ugalde, F. y Morales, D. (2005). *Evaluación de un programa escolar en Costa Rica basado en habilidades para vivir. Adicciones,* 17, 1: 71-80.

Botvin, G. (2000). Preventing drug abuse in schools: Social and competence enhacement appproaches targeting individual level etiological factors. *Addictive Behaviors*, 25: 887-897.

Botvin, G. y Eng, A. (1980). *A comprehensive school-based smoking prevention program. Journal of School Health,* 50: 209-213.

Botvin, G. y Griffin, K. (2005). Drug abuse prevention strategies. In A.M. Gross y R.S. Drabman (Eds.), *Encyclopedia of behavior modification and cognitive behavior Therapy. 2:Child clinical applications*, 812-815. California: Sage Publications.

Caballo, V. (1993). *Manual de Habilidades sociales.* México: Siglo XXI.

Cantú-Hinojosa, I. (2008). Un nuevo reto en la educación superior. La formación de competencias. *Ide@s CONCYTEG.* 3,39, 65-82.

Cardona, A. (2000). Formación de valores: teoría, reflexiones y respuestas. México: Gijalbo.

Diez, A. Más sobre la interpretación (II): Ideas y creencias. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría. [online]. 2017, vol.37, n.131, pp.127-143. ISSN 2340-2733.

Flores Galaz, M. y Díaz-Loving, R. (2002). Asertividad. Una alternativa para el óptimo manejo de las relaciones interpersonal. México: Porrúa.

Gardner, H. (2005). *Inteligencias múltiples*. La teoría en la práctica. Barcelona: Paidós.

Goleman, D. (2001). *La Inteligencia emocional*. México: Vergara.

Goleman, D. (2006). *La inteligencia social*. México: Planeta.

Hiriart, V. (1999). *Educación Sexual en la escuela.* México: Paidos.Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Nueva York: Springer.

Lazarus., R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos.* Barcelona: Mar- tínez Roca. Lazarus., R. & Folkman, S. (1988). *Manual for the Ways of Coping*

Questionnai- re, Consulting Psychologist Press, Palo Alto, Estados Unidos.

Lazarus, R. (1991). *Emotion and adaptation*. Nueva York: Oxford University Press.

Lazarus, R. & Folkman, S. (1993). Coping Theory and Research: Past, Present and Future. *Psychosomatic Medicine, 55*, 234-247.

Lazarus, R. & Lazarus, B. (2000). *Pasión y Razón. La comprensión de nuestras emociones.* España: Paidós.

Lazaruz, R. (1966) Psychololological stress and coping process. New York: Mac Graw Hill.

Leenders, M., Mauffette-Leenders, L., y Erskine, J. (1998). *Teaching with cases.* London,Ontario: Ivey Publinshing.

López de Bernal, M. y González Medina, M. (2004). *Inteligencia emocional*. Colombia: Dimas.

Morris, Ch. y Maisto, A. (2011). *Introducción a la Psicología* (13ª ed.). México: Pearson.

Nevid, J. (2011). Psicología. Conceptos y aplicaciones (3ª ed.). México: Cengage Learning.

Ornstein, R. (1979). *Psicología de la conciencia*. México: Manual Moderno.

Thomson, G. (2002). *Introducción a la práctica de la filosofía*. Bogotá: Panamericana.

OMS (1946). *Carta fundacional de la OMS.* Conferencia Internacional de la Salud. Nueva York: Organización Mundial de la Salud.

OMS (1993). The Development of Dissemination of Life Skills Education: An Overview. Programme on Mental Health. Ginebra.

OMS (1984). Health Promotion: A discussion document on the concepts and principles. Copenhague: WHO Regional Office for Europe.

Salvador-Llivina, T. y Suelves-Joanxich, M. (2008). Ganar salud en la escuela. Guía para conseguirlo. España, Ministerio de Educación y Ministerio de Sanidad y política social.

Speidel, J. (2000). Environment and health: 1. Population, conssumption and human health. Canadian Medical association or its licensors,163(5): 551-556.

Thompson, G. (2002). *Introducción a la práctica de la filosofía*. Bogotá: Panamericana.

Zavala, L., Rivas, R. Andrade, P. y Reidl, L. (2008). Validación del instrumento de estilos de enfrentamiento de Lazarus y Folkman en adultos de la Ciudad de México. Revista Intercontinental de Psicología y Educación, vol. 10, núm. 2, julio-diciembre, 2008, pp. 159-182

Otras fuentes de consulta

Balza de Hurtado, M. (1981) Sobre las instituciones y el psicólogo institucional. [En línea] Revista de Psicología, 8. Recuperado de http://www.fuentesmemoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.2355/pr.2355.pdf

Bezanilla, J. y Miranda, A. La familia como grupo social: una re-conceptualización. En *Alternativas en Psicología*. Revista Semestral. Tercera Época. Año XVII. Número 29, agosto 2013 – enero 2014. Asociación Mexicana de Alternativas en Psicología. Recuperado el 10 de diciembre de 2018 de http://www.alternativas.me/17-numero-29-agosto-septiembre-2013/45-5-la-familia-como-grupo-social-una-re-conceptualizacion.

Csaludandalucia (2013). Preparación al nacimiento: diversidad familiar [Archivo de vídeo]. Recuperado de https://www.youtube.com/watch?v=Cg3imMf1bkoDe Guell, M. y Muños, J. (2003). *Educación emocional. Programa de actividades para educación secundaria postobligatoria.* Barcelona: CISS, Praxis.

Delgado, O. (2006). El grupo de referencia y su influencia en el comportamiento del consumidor. En SABERES, Revista de estudios jurídicos, económicos y sociales, Vol. 4. Universidad Alfonso X El Sabio. Facultad de Estudios Sociales. Villanueva de la Cañada, Madrid España. Recuperado el 8 de diciembre de 2018 de https://revistas.uax.es/index.php/saberes/article/view/780/736

Laso, E. (s/f). Las instituciones desde la perspectiva psicológica: el punto de vista evolutivo. Barcelona. Recuperado de https://psicologiaenpositivo.com/pdfs/instituciones.pdf.

Melera, G. (S/f) Instituciones y Subjetividades. Una mirada desde la Psicología Institucional Psicoanalítica. Recuperado de: https://es.scribd.com/document/341887700/Instituciones-y-

Subjetividades-Una-Mirada-Desde-La-Psicologia-Institucional-Psicoanalitica

OMS (2002). *Skills for Health. Skills-based health education including life skills: An important component of a Child-Friendly*/Health Promoting School. The World Health Organization's Information Series on School Health, Document 9. Consultado el 14 de junio 2010 en: http://www.who.int/school_youth_health/media/en/sch_skills4health_03.pdf.

Suárez, F. (2010). *Introducción al concepto de institución* [sitio web]. Escuela de Psicología Grupal y Análisis Institucional Enrique Pichon-Rivière, Centro de Estudios e Investigaciones José Bleger. Consultado el 28 de noviembre de 2018 de https://psicologiagrupal.cl/?p=532.

Tena, J. (2010, mayo). Hacia una definición de la virtud cívica. En Convergencia, Revista de Ciencias Sociales, núm. 53, 2010, Universidad Autónoma del Estado de México. Recuperado de http://www.scielo.org.mx/pdf/conver/v17n53/v17n53a13.pdf

Valdés, Y. (2003). El proceso de transmisión de valores: retos para la familia cubana actual. La Habana: CIPS, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas. Recuperado el 28 de noviembre del 2018 de http://biblioteca.clacso.edu.ar/Cuba/cips/20120823101520/valdes.pdf.

Wainstein, M. y Wittner, V.(2004). Enfoque Psicosocial de la pareja. En Revista electrónica Psicodebate. Psicología Cultura y Sociedad. Universidad de Palermo, Argentina. Recuperado de https://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico4/4%20PSICO%20008.pdf

RESULTADOS DE AUTOEVALUACIÓN

Unidad I

ACTIVIDAD DE AUTOEVALUACIÓN	
REACTIVO	RESPUESTA
1	D
2	A
3	C
4	A
5	C
6	D
7	C
8	A
9	B
10	C

Unidad II

ACTIVIDAD DE AUTOEVALUACIÓN	
REACTIVO	RESPUESTA
1	C
2	A
3	F
4	B
5	C
6	V
7	D
8	A
9	D
10	B
11	C
12	D
13	A
14	-
15	-
16	-

Unidad III

ACTIVIDAD DE AUTOEVALUACIÓN	
REACTIVO	RESPUESTA
1	C
2	A
3	B
4	C

5	C
6	B
7	B
8	D
9	C
10	B

Unidad IV

ACTIVIDAD DE AUTOEVALUACIÓN	
REACTIVO	RESPUESTA
1	A
2	D
3	A
4	D
5	B
6	C
7	A
8	C
9	D

Unidad V

ACTIVIDAD DE AUTOEVALUACIÓN	
REACTIVO	RESPUESTA
1	C
2	A
3	D
4	B
5	C
6	B
7	A
8	A
9	-

NOTAS